Dwutygodnik Organ Związku Pań Domu i Instytutu Gospodarstwa Domowego

Pani domu



Czy pani domu powinna pracować społecznie? Dom wychowawczy a rodzina zastępcza. Szafa do ubrań dziecka. Pokrowce na meble: wybór materiałów i sposób uszycia (liczne ilustr.). Moda. Robota. Pielęgnowanie cery u dorosłych i młodzieży. Uwagi dla budujących dom. Znormalizowanie garnków do gotowania wieżowego. Jadłospisy.

9

Warszawa 1937 Cena 70 gr.

Programy Kursów Gotowania

w opracowaniu Instytutu Gospodarstwa Domowego:

1) Program 12-to lekcjowego kursu gotowania **dla kobiet, kierujących własnymi gospodarstwami domowymi,** z uwzględnieniem wartości odżywczych pokarmów i wyjaśnieniami teoretycznymi.

2) Program 26-cio lekcjowego kursu gospodarczego **dla absolwentek szkół średnich**. Program poza lekcjami gotowania z uwzględnieniem wartości odżywczych pokarmów, obejmuje lekcje nakrywania i podawania do stołu, racjonalnego sprzątania mieszkania, prania, maglowania, prasowania oraz należnego organizowania pracy w domu i układania budżetu.

Cena każdego z wymienionych programów zł. 3.— wraz z przesyłką pocztową.

Do nabycia w Instytucie Gospodarstwa Domowego, Warszawa, Nowy Świat 9. Konto czekowe w P.K.O. 22.366.

Rok XI 1-go maja 1937. Nr. 9

Pani domu

dwutygodnik ilustrowany

poświęcony organizacji gospodarstwa domowego

TREŚĆ ZESZYTU:

J. Ginett-Wojnarowiczowa

„CZY PANI PRACUJE SPOŁECZNIE"?

Jakże często na to pytanie otrzymujemy zniecierpliwioną odpowiedź: „Ach, niech pani nie mówi o pracy społecznej, mam jej dosyć", albo: „Nie, nie pracuję, bo nie mam czasu, mam dom i dzieci". Rzadko natomiast słyszy się entuzjastyczną, pełną zachwytu odpowiedź, kończącą się zazwyczaj wezwaniem: „Niech pani zapisze się do naszej organizacji koniecznie, praca jest taka miła, zespół zarządu zżyty i mamy takie świetne rezultaty!"

Każda z tych odpowiedzi ilustruje nastawienie poszczególnych pań do pracy społecznej. Pierwsza, pełna zniechęcenia, dowodzi najczęściej, że pani wzięła się do pracy pochopnie, bez zastanowienia się co do jej rodzaju, rozmiarów, odpowiedzialności, warunków pracy oraz własnych możliwości. Druga odpowiedź może usprawiedliwić każdą zapracowaną panią domu, która sama potrzebuje pomocy, a głównie dobrej rady, aby uporządkować swe życie codzienne i wywalczyć dla siebie dostateczną ilość wolnego czasu na wypoczynek, niezbędny dla zdrowia i dobrego samopoczucia. Nieraz podobne zdanie wypowiada osoba pozbawiona instynktu społecznego, która nie docenia pracy społecznej i nie dostrzega jej znaczenia w życiu zbiorowym, a także w życiu rodziny i jednostki. Czasem mocno zakorzenione lenistwo i pewna gnuśność przy jednoczesnym braku głębszych zainteresowań życiem i ludźmi wywołuje u niektórych kobiet negatywne ustosunkowanie się do pracy społecznej. Wówczas frazes „nie mam czasu" jest bardzo wygodny, ale niezbyt przekonywujący.

Ale wróćmy do pani domu, która z zapałem potrafi zająć się pracą społeczną dla dobra ogółu, a czyni to bez krzywdy domu i swoich najbliższych. Co daje jej ta praca i jaki wpływ wywiera na jej życie osobiste?

Obecnie, gdy tak wielki jest udział społeczeństwa w poczynaniach rządu, samorządu i wszelkich organizacyj mających na celu dobro kraju i ludności, *trzeba się liczyć z obowiązkiem służby społecznej.* Pani domu, jako pełnowartościowa obywatelka, nie może od obowiązku tego się uchylić bez poważnego powodu. Oczywiście, wybór rodzaju pracy i samej organizacji winien zależeć wyłącznie od jej zainteresowań, przygotowania i kwalifikacyj; inaczej praca będzie niemiła, a udział bierny. Rachityczny żywot niektórych organizacyj i wielka ilość „martwych" członków tłumaczą się często tym, że zapisywanie się członków odbywa się pod przymusem.

Zależnie od dysponowanego czasu, pani domu może pracować dorywczo w komitetach powoływanych do specjalnych celów jak np. pomocy zimowej dla bezrobotnych, dla ofiar powodzi, budowy szkół powszechnych, obrony kraju i t. p. lub poświęcić się pracy stałej w jednej organizacji. Trzeba tylko wybrać. A wybór jest wielki.

Podług „Małego Rocznika Statystycznego" z 1936 r. w roku 1934 było w Polsce kół i oddziałów instytucyj opieki społecznej 1.145 o ogólnej liczbie członków 210.000, w tym instytucyj opieki nad dziećmi i młodzieżą 262, nad dorosłymi 319, o celach specjalnych 564. Stowarzyszeń oświatowo-kulturalnych było 14.976 o ogólnej liczbie 666.000 członków; są to: Polska Macierz Szkolna, Tow. Szkół Ludowych, Tow. Czytelni Ludowych, Tow. Uniwersytetów Robotniczych, Związek Harcerstwa Polskiego, Związek Strzelecki, Centralny Zw. Młodej Wsi, Związek Młodzieży Wiejskiej, Katolicki Zw. Młodzieży Męskiej i drugi — Żeńskiej i inne.

Stowarzyszeń o wyższej użyteczności publicznej, zgrupowanych w kołach i oddziałach, pracowało 45.268 o liczbie członków 2.298.570, a mianowicie: Polski Biały Krzyż, Polski Czer-



Fot. RKO Radio

wony Krzyż, Liga Obrony Powietrznej i Przeciwgazowej, Liga Morska i Kolonialna, Tow. Budowy Szkół Powszechnych, Tow. Przyjaciół Młodzieży Akademickiej, Ogólnopolski Zw. Straży Pożarnej. Stanowi to razem 61.389 filij różnych organizacyj o ogólnej ilości 3.174.570 członków.

Liczby te nie obejmują wielu niewyszczególnionych organizacyj oraz stowarzyszeń o charakterze zawodowym i gospodarczym, w których bezinteresowną pracę należy również zaliczyć do pracy społecznej. Trudno więc wyobrazić sobie, aby wśród tylu różnorodnych zrzeszeń nie znalazła ciekawego pola do pracy najbardziej oryginalnie usposobiona kobieta.

Przed przystąpieniem do jakiejś organizacji trzeba zaznajomić się uprzednio z jej celem oraz ze statutem, który określa pole działania, a także prawa i obowiązki członków. Ważną też rolę gra zespół osób kierujących organizacją i opinia, jaką cieszy się dane stowarzyszenie. Trzeba więc przekonać się i o tym, trzeba też poznać wyniki działalności organizacji. W tym celu dobrze jest w charakterze kandydatki wziąć udział w kilku kolejnych zebraniach i zwiedzić placówki pracy stowarzyszenia.

Przyjmując na siebie obowiązki członka zarządu, sekcji lub komisji, należy upewnić się co do ilości godzin, jakie wypadnie nam na nie poświęcić i godziny te uzgodnić z godzinami czasu wolnego od zajęć domowych.

Nie powinno się przyjmować obowiązków nie odpowiadających naszym kwalifikacjom i przygotowaniu. Nieumiejętność powoduje marnotrawstwo, a nie możemy narażać stowarzyszenia na straty i niepowodzenie. Organizacje społeczne mają powierzone sobie fundusze społeczne ze składek, darowizn, a czasem korzystają z subsydiów rządowych lub samorządowych, to też w zarządzaniu tymi sumami obowiązuje wielka ostrożność, przezorność i dokładność. Do dysponowania nimi nie wystarczy uczciwość i dobra wola, niezbędna jest umiejętność organizacyjna i znajomość rachunkowości.

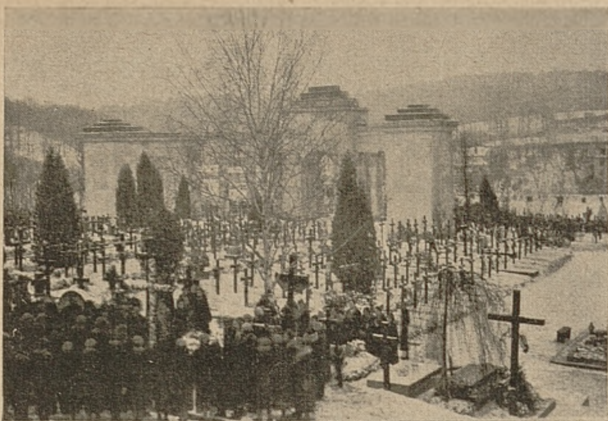
Jeśli mamy się podjąć czynności nam nieznanych, musimy to robić pod fachowym kierunkiem albo zawczasu się przeszkolić, aby mieć pewność, że obowiązkowi sprostamy. Pogłębienie wiadomości posiadanych lub nabycie nowych przyda się napewno i później.

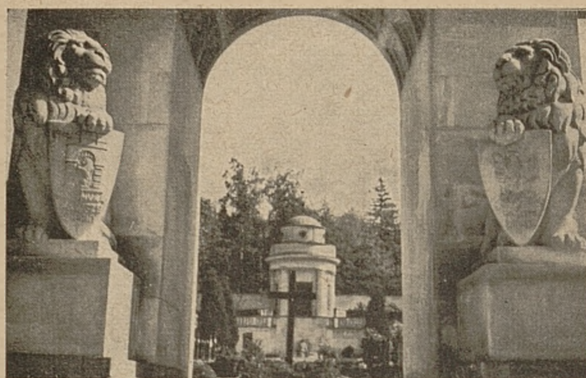
Każda praca wykonywana sumiennie, jak się to mówi „wyrabia człowieka". To też panie domu, które wyrobiły się w stałej, konsekwentnej działalności społecznej i w styczności z ludźmi, mogą w razie potrzeby i po odpowiednim przeszkoleniu obejmować stanowiska płatne w zakładach opieki społecznej lub instytucjach oświatowo-kulturalnych.

Szkolenie zawodowych pracowników społecznych odbywa się obecnie na specjalnych kursach i uczelniach. W Warszawie od roku 1925 istnieje pod kierownictwem prof. Heleny Radlińskiej przy Wolnej Wszechnicy Polskiej Studium Pracy Społeczno-Oświatowej (obecna nazwa: Sekcja Społeczno-Oświatowa Wydziału Pedagogicznego W. W. P.). Program przewiduje dwu lub czteroletnie studia i specjalizację w 4 działach: oświaty i kultury, bibliotekarstwa, ochrony pracy, opieki społecznej. W roku 1935 powstało we Lwowie analogiczne studium, ale o programie rocz-

Fot. RKO Radio







Cmentarz Obrońców Lwowa

nym. W Poznaniu specjalny typ pracownika społecznego, t. zw. opiekunów parafialnych kształci Katolicka Szkoła Pracy Społecznej. Potrzeba szkolenia pracowników społecznych staje się coraz pilniejsza ze względu na rozwój akcji społecznej i na sumy przeznaczane na nią przez władze rządowe i samorządowe. W roku 1935/36 np. przeznaczono z tych źródeł na opiekę społeczną 88 milionów złotych, nie licząc licznych ofiar, składek jednorazowych i stałych członkowskich.

Ale powróćmy do pani domu pracującej społecznie bezinteresownie. W artykułach „Dziedzina rabunkowa gospodarki" (Nr. 1 i 2, 1936 naszego pisma) pani Wanda Ivànkowa, wymieniając sposoby wykorzystania wolnego czasu przez panie domu, kładła słuszny nacisk na potrzebę psychicznego odrodzenia kobiety przez czynny wypoczynek. Bo tylko taki wypoczynek może zwalczyć uczucie znużenia i znudzenia, jakie wywołuje zawód pani domu, tak zresztą jak każdy inny, jeśli jest uprawiany bez przerwy.

Ciekawe te artykuły nasunęły mi myśl, że praca społeczna wykonywana z zapałem i przejęciem, taka, która nie nadwyręża nerwów i nie psuje programu dnia, może być w równym stopniu pożywką psychiczną jak sztuka i nauka.

Bertrand Russell w swej rozprawie p. t. „Pochwała próżniactwa" utrzymuje, że „zdrowie psychiczne można utrzymać tylko przy pomocy zainteresowań obiektywnych", że „życie wypełnione wyłącznie sprawami osobistymi musi prędzej czy później stać się niewypowiedzianą udręką".

Wiedzą o tym najlepiej stroskane panie domu. Zainteresowania domem i rodziną, chociaż tak bliskie kobiecie, nie mogą stanowić wyłącznego jej świata. Już samo wciągnięcie się pani domu do pracy społecznej da jej wytchnienie od zajęć i kłopotów gospodarskich. Zmiana myśli i wrażeń odrodzi ją psychicznie. Da jej przy tym możność ujawnienia inicjatywy i pomysłowości w nowej dziedzinie pracy. Tego nie da nigdy wypoczynek bierny.

Po Zjeździe Lwowskim

14, 15 i 16 kwietnia odbył się we Lwowie VI Zjazd Delegatek Oddziałów Związku Pań Domu. Obrady odbywały się przy licznym udziale delegatek i gości. Ważne uchwały i podniosły nastrój Zjazdu odbiły się w licznych artykułach w prasie miejscowej.

Organizacja kongresu, doskonała pod każdym względem, którą zawdzięczamy członkiniom Lwowskiego Oddziału i głównej organizatorce pani Helenie Grucowej, może być wzorem dla wszystkich następnych kongresów.

Niezwykła gościnność i serdeczność Lwowianek długo będą dla uczestniczek Zjazdu najmilszym wspomnieniem. Piękny Lwów, jego pamiątki, a przede wszystkim Cmentarz Obrońców Lwowa, w cichych mogiłach kryjący prochy dzieci-bohaterów, głęboko zapadł w serca tych, którzy mieli szczęście uczestniczyć w Zjeździe.

Niedługo podamy oficjalne i szczegółowe sprawozdanie ze Zjazdu.

Udział pani domu w akcji społecznej jest wskazany także ze względów pedagogicznych, gdyż i „młodzieży należy ukazywać szerokie horyzonty zainteresowań nieosobistych" (Russell). Dzisiejsze szkoły kładą nacisk na uspołecznienie swych wychowanków i wyrobienie w nich zdolności do życia zbiorowego. Brak podobnych cech u matki uważałyby dzieci za rzecz ujemną. Pozytywnie też ustosunkuje się mąż do pracy społecznej żony, o ile praca ta nie pozbawi go obiadu, spokoju i wypoczynku.

Praca zespołowa w organizacjach budzi wreszcie uczucie koleżeństwa i daje możność zawierania znajomości i przyjaźni po dokładnym i bliskim poznaniu ludzi. Towarzystwo osób bliskich ideowo jest wielką zdobyczą dla pani domu, zdanej częstokroć na samotność i odosobnienie, zwłaszcza gdy dzieci podrosną.

Poza tym praca zbiorowa wytwarza poczucie siły i bezpieczeństwa. Tworzy ono pogodę ducha, cechę wprost bezcenną w dzisiejszych na ogół trudnych czasach (Russell). Owa pogoda ducha da kobiecie uśmiech, który ją opromieniać będzie nie tylko w chwilach powodzenia i dobrego humoru, ale i wówczas, kiedy stanie do walki z przeciwnościami życia codziennego.

Za życzenia przysłane z okazji dziesięciolecia »Pani Domu« przyjaciołom pisma serdecznie dziękuje

REDAKCJA

A. Solska

Dom wychowawczy i „obca rodzina"

Uśmiechnięta przedszkolanka, jasne ściany, czyste fartuszki, wesołe kokardy na główkach dziewczynek. Nawet dużo kwiatów. Dzieci siedzą przy malutkich stoliczkach, rysują, bawią się w koło, rozłażą się po korytarzu i nudzą się, nudzą.

Z tego bowiem przedszkola nie wiedzie żadna droga z powrotem do domu. Dom jest na miejscu — dobry staranny Dom Wychowawczy, ale nie własny.

* * *

Ledwie wchodzę, już przy moich kolanach jest ich conajmniej pięcioro. Nie chodzi im o moją torebkę, jak każdemu innemu dziecku. Im chodzi o to, żeby było przeze mnie chociaż dotknięte, choć pogłaskane. Wpychają mi w ręce swoje małe łapki: I ja dzień dobry i ja dzień dobry... Łapią mnie za kolana, przytulają główki do mojej sukni i wołają: Pani - mama, pani - mama(!).

Nie mają żadnego powodu do okazywania mi swojej miłości — widzą mnie pierwszy raz. I to właśnie jest rozpaczliwe. Nie ma w nich tej samoobronnej rezerwy, którą dzieci wychowane w rodzinie okazują obcym. Ich niezaspokojone pragnienie pieszczoty i ciepła matki wybucha na widok byle kogo. Każde z nich potrzebuje, żeby tylko do niego mówiono, nim się osobno zajęto. — Wychowawczyni, najlepsza, najserdeczniejsza nie ma stu rąk i nóg...

Kiedy rozplatam z rąk drżące gorączką posiadania paluszki, myślę, że każdemu z tych dzieci należał się w życiu ktoś własny. Nienaturalne ich podniecenie przypomina mi samotne osoby dorosłe, tak głodne ciepła i pieszczoty, że za głupie, uprzejme słowo gotowe są zakochać się śmiertelnie w byle kim.

Wychowankowie domów wychowawczych po wyjściu z nich wpadają często w złe towarzystwo. Czy to nie ta niezaspokojona od maleńkości żądza miłości i pieszczoty pcha ich bezkrytycznie w stronę każdego, byle jakiego uśmiechu?

* * *

Z domów wychowawczych wiodą drogi do matek i krewnych, którzy się nieraz po latach zgłaszają. Wiodą też do obcych ludzi, biorących dzieci na własne. O tych ludziach źle się mówi, więc idę się im przyjrzeć.

Siedząc w kancelarji sekcji t .zw. „Rodzin Zastępczych" przy miejskim Wydziale Opieki, dziwię się, jak wiele jest ludzi bezdzietnych, którzy najszczerzej pragną wypełnić pustkę swojego domu, choćby obcym dzieckiem.

Wchodzi szczupła kobieta, żona malarza pokojowego. Mają już koło 180 zł. miesięcznie i tylko jedną 7-letnią córeczkę. Więcej dzieci mieć nie mogą. Chcieliby najmniejsze, żeby patrzeć jak się chowa i żeby się móc do niego jak najbardziej przywiązać. Kłopot z malutkim? Tak, ale najprzyjemniej samemu takie odchować. — Referentka bierze adres, żąda lekarskiego świadectwa, referencji, sama zrobi wywiad, pomyśli, przekona się. — Zobaczymy.

Starsza, nerwowa dama chce wziąć dziewczynkę, ale musi być conajmniej 3-letnia, bo z mniejszą za dużo kłopotu. — Kłopot? — mówi referentka. Hm, trudno nam będzie znaleźć pani coś odpowiedniego. Zatelefonujemy. Nie, o próbie mowy nie ma. My nie dajemy dziecka na próbę. To za wielki dla niego wstrząs, często tragedia.

Mrugamy do siebie: nie, tej pani dziecka się nie powierzy.

* * *

Jestem w Domu Wychowawczym im. ks. Boduena. Sylwester — ostatni dzień 1935 r. Załatwia się ostatnie sprawy; dwie bezdzietne miłe panie biorą parkę dzieci na wychowanie. Dzieci znają je — przez parę miesięcy te nowe matki przyzwyczajały je do siebie, przychodząc na oddział. Teraz malcy stoją w nowych ubraniach, uśmiechając się dołkami w buziach. Ostatnia chwila: obie przybrane matki kładą podpis pod zobowiązaniem, że zaopiekują się dziećmi, tak jakby były ich własne. Jakoś wszyscy wycieramy nosy. „Zamykamy ten rok — mówi opiekunka przyzakładowa — liczbą 130 dzieci oddanych na własne" — i przyciska suszką podpisy matek. Jaś i Marysia na zawsze opuszczają Dom Wychowaczy: zapełnią się dwa domy, dwojgu dzieciom będzie dobrze.

* * *

W nieparzyste dni przyjmuje referentka „Rodzin Zastępczych".

Skromnie ubrana kobieta od progu wyciąga rękę z zeszytem: „To pierwszy zeszyt Zosi. Tak już ładnie pisze i bardzo się poprawiła, już nie jest taka dzika. A mąż to już za nią strasznie przepada, warkocze jej plecie, wstążki jej kupił... Strasznie z niej dumny". Ci ludzie składają za pośrednictwem referentki pieniądze na książeczkę PKO na lepsze mieszkanie, bo w tym jest dziecku za ciasno.



Po jej wyjściu wtaczają się dwie grube, biednie ubrane żydówki: matka i babka. „W domu radość, kiedy jest dziecko, no ukłoń się, Dawidek. Prawda, proszę pani, że on ma straszne zmartwienie i przyszedł prosić panią o... siostrzyczkę". — Dobrze, Dawidek otoczony miłością dostanie jeszcze i siostrzyczkę.

* * *

Rozglądam się po teczkach i kartotekach. Opiekunka odwiedza każdą rodzinę „zastępczą" raz na miesiąc. Wywiady wszystkie zapisuje się w teczce z papierami dziecka i rodziny. Czytam:

...„Jadzia mnie przywitała i przyznała mi się, że już „poznała" tatusia i mamusię, od których się zgubiła, jak była mała...".

...„warunki higieniczne mieszkania uległy znacznej poprawie pod wpływem potrzeb dziecka i wywiadów...".

...„pod wpływem dziecka poprawiły się stosunki między mężem i żoną. Mąż siedzi w domu i cieszy się dzieckiem...".

* * *

Referentka się uśmiecha: „Nie robimy tego na wielką skalę, ale zato badamy dobrze każdy wypadek. To też 96% naszych dzieci w rodzinach jest najczulej kochanych. Pozostałe 4% są starsze i choć mają serdeczną opiekę, opiekunowie nie zdążyli się do nich tak przywiązać [1]).

[1]) Osoby pragnące wziąć dziecko na wychowanie, powinny zgłaszać się do Wydziału Opieki Społecznej Zarządu Miejskiego m. st. Warszawy, ul. Złota 74 do referatu Rodzin Zastępczych, gdzie otrzymają wszelkie wyjaśnienia.

Przechowywanie ubrań dziecka

Oddzielne przechowywanie ubrań dziecka jest konieczne nie tylko ze względu na ład i porządek w domu, lecz przede wszystkim z uwagi na zdrowie i higienę. W bardzo wielu domach ubranie dziecka bywa wieszane w szafie rodziców lub na wieszakach w przedpokoju; jest to szczególnie niewskazane, gdyż ubranie dorosłych jest w znacznie większym stopniu narażone na zetknięcie się z kurzem, brudem lub zarazkami chorobotwórczymi, np. w tramwaju, w pociągu, w biurze itp. Nadto przy wieszaniu „byle gdzie" ubrań dziecinnych można często zauważyć, że matki lub wychowawczynie szukają w najmniej odpowiednim momencie drobnych rzeczy dziecka, jak np. szalika, bucików czy rękawiczek, kiedy dziecko jest już ubrane i powinno odrazu wyjść na spacer; to samo powtarza się z szukaniem pończoszek rano, kiedy dziecko czeka w koszulce, z szukaniem pieluszek, kiedy trzeba przewinąć niemowlę itd.

Przeznaczenie oddzielnej szafy czy innych sprzętów do użytku dziecka nie nasuwa żadnych trudności tam, gdzie dziecko posiada oddzielny pokój, a nawet wtedy, gdy rodzice zajmują mieszkanie dwupokojowe z kuchnią. W jednym oglądanym przez nas mieszkaniu dwupokojowym jeden pokój, urządzony głównie sosnowymi, jasno lakierowanymi meblami dziecinnymi, posiada biurko tego samego gatunku i koloru drzewa, służące do użytku rodziców oraz tapczan, na którym sypia jedno z rodziców; wśród mebli dziecka znajduje się szafa na jego ubranie, bieliznę i zabawki. Drugi pokój, o charakterze jadalni, ma również tapczan zamiast łóżka.

Wymieniona wyżej szafa w pokoju dziecka i matki składa się z dwóch trwale złączonych ze sobą części: szerszej, stanowiącej szafę na ubranie, oraz węższej — komody z szufladami na bieliznę i zabawki dziecka. Szafa, umieszczona w pokoju dziecka i matki przy tapczanie (jak na ilustr.), zastępuje zarazem nocny stolik.

Wnęka nad półkami może być oszklona i służyć do umieszczenia ładnych zabawek lub książek dziecka.

Szuflady zasadniczo są przeznaczone na pomieszczenie bielizny, jeśli jednak dziecko nie ma gdzie chować zabawek, to najniższa szuflada może służyć do tego celu.

Sposób wieszania ubrań, uwidoczniony na zdjęciu, ułatwia szybkie wyjmowanie i kontrolę; górna półka w szafie służy na umieszczenie „grzybków" na kapelusiki i czapeczki, a dół szafki — na buciki.

Ponieważ meble w pokoju dziecka winny być jasne i higieniczne, najlepiej jest wykonać je, tak jak zresztą i pozostałe sprzęty w pokoju, z drzewa sosnowego i starannie polakierować niezmywalnym lakierem. Najładniejsze i najodpowiedniejsze kolory są: biały, kremowy w odcieniu kości słoniowej, jasno niebieski lub różowy. Dla ożywienia całości, można pomalować krawędzie i uchwyty na inny kolor, np. różowy czy niebieski.

Lakierowanie ma tę ważną zaletę, że można sprzęt łatwo odświeżać, myć albo codziennie wycierać z kurzu wilgotną ścierką. Brzegi szafy-komody winny być lekko zaokrąglone, czego sprzęt na ilustracji nie uwzględnia.



Szafa na ilustracji stoi na nóżkach, ale lepiej, aby była bez nóżek i wprost opierała się spodem na podłodze wtedy bowiem żadne drobne przedmioty, jak klocki, piłki itp. nie będą wpadać pod nią i uniknie się wyciągania tych przedmiotów przez dziecko, z jednoczesnym zgarnianiem kurzu rączką.



Więcej kłopotu sprawia umieszczenie oddzielnej szafy dla dziecka, jeśli mieszka ono w pokoju obojga rodziców, czyli — jeśli pokój jest sypialnią trojga osób. Ale i wtedy możnaby nieraz do szafy rodziców dostawić mniejszą szafkę dla dziecka, dostosowaną charakterem i kolorem do kompletu sprzętów, znajdujących się w danym pokoju.

Użyteczność i celowość posiadania kilku szaf w jednym mieszkaniu uwzględniana jest już obecnie w budownictwie mieszkaniowym, np. mieszkania trzypokojowe posiadają w dwóch pokojach wnęki na szafy lub nawet wbudowane szafy z całkowitym urządzeniem.

Rysunki techniczne szafy-komody są do nabycia we wzorowni Związku Pań Domu (Wydział Dziecka) Oddziału Warszawskiego, gdzie można też uzyskać bliższe informacje co do ceny, warunków wykonania itp.

Helena Dutkiewiczowa.



fot. 20 th Century-Fox

E. Błeszyńska

PIELĘGNOWANIE CERY

Skóra ludzka stanowi elastyczną powłokę, osłaniającą całe ciało; nie jest ona jednak wyłącznie ochronnym pancerzem, lecz narządem związanym ściśle z całym ustrojem człowieka. Skóra spełnia różne funkcje: np. wydziela i reguluje ciepło, wchłania tlen, wydala kwas węglowy itd. Rolę czynności ochronnej wykonuje jej najbardziej zewnętrzna warstwa, tj. naskórek. Powierzchnia naskórka jest pokryta tysiącem maleńkich otworków: to ujścia gruczołów skóry. Przez całą skórę przechodzą drobniutkie włoskowate naczyńka krwionośne, włókienka nerwowe oraz liczne gruczoły chłonne, łojowe i potne. Najbardziej narażona na wpływy zewnętrzne jest skóra twarzy, wystawiona na ciągłe działanie światła, powietrza, temperatury, brudu itp.

Dbałość o ładny wygląd cery musi przede wszystkim polegać na higienie i na utrzymywaniu zdrowia w dobrym stanie. Baczną uwagę należy zwrócić na czystość powierzchni skóry, a także na dobry gatunek kosmetyków i szminek oraz odpowiednie dostosowanie ich do jakości skóry.

Nie wymawiając się brakiem czasu lub zmęczeniem, musimy koniecznie poświęcić co dzień kilkanaście minut rano i wieczór na dokładne oczyszczenie twarzy. Jak i czym będziemy ją pielęgnować, zależy od właściwości danej cery. Zasadniczo spotykamy skóry: normalne, suche i tłuste.

Skórę normalną należy myć czystą miękką wodą i dobrym, natłuszczonym mydłem. Działanie wody i mydła polega na oczyszczaniu i rozluźnianiu zwierzchniej warstwy naskórka. W szczególności mydło, dobrze spienione z ciepłą wodą, idealnie zmywa ze skóry tłuszcz i brud. Mimo że skóra normalna chroniona jest przed wyschnięciem prawidłowym wydzielaniem swoistego tłuszczu, wskazane jest po wieczornym umyciu od czasu do czasu natłuszczać ją na noc odpowiednim kremem. Po myciu rannym bezwarunkowo używać kremu pod puder.

Skórę suchą charakteryzuje cienki naskórek; skóra sucha jest bardzo delikatna, skłonna do podrażnień, a często do przedwczesnych zmarszczek oraz niezwykle uboga w tłuszcz. Ze względu na wrażliwość skóry suchej nie należy używać wody z mydłem; zastąpi ją specjalny krem stały lub półpłynny albo krem dający się zmyć wodą, migdałowe otrąbki i woda, bądź wreszcie oliwa i żółtko. Ten ostatni sposób polega na posmarowaniu twarzy roślinną oliwą, potem surowym żółtkiem by z kolei zmyć to wszystko najprzód ciepłą a później zimną wodą. Ubogą w naturalny tłuszcz skórę suchą trzeba często natłuszczać. Na dzień pokryjemy twarz odpowiednim ochronnym i tłustym kremem. Raz lub dwa razy w tygodniu zastosujemy na noc krem odżywczy. Oczywiście, jeżeli wystawiamy twarz na intensywne działanie słońca i wiatru (np. narty, kajakowanie), skóra powinna być tak na dzień jak i na noc pokrywana kremem tłustym o łagodzących własnościach. Niektóre suche skóry doskonale znoszą mleczka toaletowe, zawierające substancje lekko ściągające i tłuste zarazem, a więc tym samym nie drażniące skóry. Nie należy nadużywać środków wybitnie ściągających, gdyż te nadmiernie wysuszają. Na rozszerzone pory trzeba używać odpowiednich płynów wyłącznie miejscowo, np. na policzki, nos; po wyschnięciu płynu ściągającego stosuje się krem tłusty. Najlepiej wykonywać to z rana. Natryski z zimnej wody działają pobudzająco na skóry suche i świetnie zapobiegają tworzeniu się zmarszczek.

Cera świecąca i tłusta jest na ogół mniej skłonna do zmarszczek; nadmierne wydzielanie łoju można

doprowadzić do normalnego stanu przy odpowiednim leczeniu wewnętrznym i zewnętrznym. Zbyt intensywne wydzielanie gruczołów łojowych i potnych jest najczęściej związane z zaburzeniami przewodu pokarmowego, systemu nerwowego, tarczycy lub jajników i t. p. Nieracjonalne odżywianie, przepracowanie fizyczne lub umysłowe i brak dbałości o czystość skóry ogromnie pogarszają objawy podobnego stanu. Przy braku odpowiedniej pielęgnacji wada ta może przejść w stan chroniczny, t. zw. łojotok.

By zwalczać skutecznie nadmiernie tłustą cerę, należy przede wszystkim udać się do lekarza, który zastosuje właściwe wewnętrzne i zewnętrzne środki lecznicze. Nie trzeba zapominać, że choć sam łojotok nie stanowi objawu chorobowego i jest tylko pewnym stanem skóry, tworzy jednak sprzyjające podłoże do wielu chorób skóry, jak np. wypryski skórne, t. zw. trądzik lub stałe zaczerwienienie nosa i policzków z widocznymi rozszerzonymi naczyńkami krwionośnymi na powierzchni skóry, t. zw. różyczka.

Skóra tłusta powinna być utrzymywana idealnie czysto, a więc należy ją myć co dzień ciepłą miękką wodą i dobrym mydłem [1]). Od czasu do czasu użyć mydeł siarkowych, ichtiolowych itp. Do zwykłej wody można dodawać ocet toaletowy, szczyptę boraksu lub kilka kropel benzoesu. Parowe kąpiele twarzy i ciepłe natryski są bardzo wskazane.

Chcąc samej w domu oczyścić i rozmiękczyć skórę, należy po dokładnym umyciu twarzy zastosować okłady z włochatego ręcznika umoczonego w gorącej wodzie; po kilkakrotnym przyłożeniu takiego kompresu można przystąpić do wyciśnięcia zbitych czopków tłuszczu (t. zw. wągrów), które zatykają pory. Wągry wyciskamy specjalną pincetą lub łyżeczką, albo starannie umytymi rękami po przez gazę opatrunkową lub przez cienki czysty płócienny gałganek, by nie uszkodzić naskórka paznokciami. Po wyciśnięciu wągrów przecieramy skórę płynem dezynfekującym i ściągającym pory, np. spirytusem salicylowym. Duże znaczenie lecznicze ma również umiejętnie wykonany masaż twarzy, który omówimy w następnym artykule.

Często w zimie lub w słoneczne dni lata skóry tłuste reagują podobnie do suchych, ulegając podrażnieniu i zaczerwienieniu; wtedy trzeba używać do nich rano specjalnego oczyszczającego kremu lub płynu; wieczorem myć wodą i mydłem, a na noc po umyciu lekko natłuszczać twarz. Oto przepis na płyn oczyszczający: ubić trzy surowe białka na pianę, ostrożnie zmieszać z pół litrem spirytusu 40%-wego i sokiem z pół cytryny, doskonale skłócić i przechowywać we flaszce. Tamponikiem waty, umoczonym w tym płynie przecieramy twarz dokładnie, po czym obsuszamy ją ręcznikiem. Płyn ten ściąga jednocześnie pory.

Przy wyborze kremu lub mleczka pod puder należy uważać na ich jakość. Przetwory zawierające glicerynę uwidaczniają rozszerzone pory. Krem dla skóry tłustej powinien mieć właściwość kompletnego wsiąkania w skórę, albowiem krem, który zostawia pewną warstwę niedającą się wchłonąć przez skórę, tworzy w połączeniu z pudrem i szminką brzydkie „kluski"; gdy tylko skóra zacznie dodatkowo wydzielać swój własny tłuszcz.

Wspomniałam już o schorzeniach skóry pod nazwą trądzika i różyczki. Trądzik zwyczajny, tak jak łojotok, występuje pierwszy raz przeważnie w wieku dojrzewania. Niteczki tłuszczu wypełniające ujście gruczołu łojowego ulegają zarażeniu mikrobami. Te ostatnie, w zależności od rodzaju i siły, powodują stany zapalne. To też niech matki i opiekunki nie uważają, że „...to i tak przejdzie". Wszak samo pojawienie się trądzika świadczy o zaburzeniach w organizmie, przybierając zaś ostrzejsze formy — może zeszpecić niejedną młodzieńczą twarz bliznami, jakie się tworzą po właściwych trądzikowi wypryskach. Nierzadko spotykamy tę dolegliwość i u dojrzałych kobiet (25—30 lat). Jeżeli więc zauważymy nadmierne wydzielanie tłuszczu na twarzy w połączeniu z zaskórnikami (wielkie czarne punkty w otworach porów) i wypryskami, zastosujmy przede wszystkim staranne mycie skóry; celem zaś właściwego leczenia udajmy się do lekarza.

Różyczkę miewają najczęściej kobiety w wieku średnim, a głównie przejściowym. Nos i policzki podlegają zaczerwienieniu, które się zwiększa pod wpływem albo czynników wewnętrznych, np. alkoholu, ostrych przypraw, lub atmosferycznych, jak nadmierne zimno czy gorąco. Często takiemu stanowi towarzyszą krosty i silne rozszerzenie porów szczególnie na granicy nosa i policzków. W niektórych specjalnie ostrych wypadkach następstwem różyczki może być nawet trwałe zniekształcenie twarzy. Podobne schorzenie świadczy o przewlekłych dolegliwościach narządów trawiennych i płciowych. Kurację należy przeprowadzać tylko pod kierunkiem lekarza. W ka-

fot. Metro-Goldwyn Mayer.



[1]) Korzystnie wpływa na skórę tłustą mycie jej naturalnymi wodami alkalicznymi z naszych krajowych uzdrowisk lub naturalną wodą Vichy.

żdym razie wszelkie uporczywe wypryski, swędzenia, nienaturalne zabarwienie skóry i t. p. są zawsze objawem chorobowym i jedynie medycyna może je zwalczać racjonalnie.

Zaznajomiwszy się z gatunkami skóry i ich najczęstszymi schorzeniami, przejdźmy do tak ważnego dla kobiet zagadnienia zmarszczek. Wszystkie te niedyskretne fałdki na czole, policzkach oraz w około ust i oczu są ściśle zależne od wieku, a więc sprężystości i zdolności odradzania się tkanek, od grubości i suchości skóry, przebytych chorób, smutków i t. p. Mówi się, że można wyczytać z linii rąk przeszłość człowieka. Jednakże dużo łatwiej wyczytać ją można z tych charakterystycznych zmarszczek, które w ciągu życia pokrywają coraz gęściej twarz, ryjąc na niej obraz głębszych wewnętrznych przeżyć. Takie zmarszczki nie szpecą, przeciwnie, dodają charakteru i wyrazu całemu obliczu. „Buzia" zupełnie gładka, pozbawiona indywidualnego wyrazu, bez pewnych podkreślonych linii, nie odpowiada wiekowi już choćby 30 lat; taka bezduszna i lalkowata twarz sprawia raczej wrażenie ujemne. To też operacje kosmetyczne, mające na celu kompletne wygładzenie skóry twarzy, są poniekąd ryzykowne.

Jedna z wielkich artystek współczesnych, która poddała się podobnej (zresztą bardzo pod względem technicznym udanej) operacji usunięcia wszystkich zmarszczek, posiada dziś zamiast twarzy nieruchomą maskę bez jakiejkolwiek indywidualności, a z powodu silnego podciągnięcia i wycięcia licznych kawałków skóry z policzków i czoła nie jest w stanie szczelnie zamykać powiek. Ogół wielbicieli wielkiego talentu artystki sądzi, że wrażenie jej scenicznych występów wybitnie się obniżyło skutkiem takiego nienaturalnego wyrazu twarzy.

Pamiętając o tym, że zmarszczkom można tylko zapobiegać, zaś poza metodą chirurgiczną usunąć ich nie podobna, dbajmy zawczasu o skórę twarzy. Zmarszczki jako wyraz charakteru w połączeniu nawet ze zmarszczkami, jakie przynosi starość, nie szpecą; zmarszczki zniszczenia natomiast są brzydkie. Unikajmy więc niepotrzebnych grymasów twarzy, powodujących fałdowanie skóry. Pielęgnujmy metodycznie i racjonalnie jej powierzchnię, dbajmy o higienę twarzy, natłuszczajmy i chrońmy ją odpowiednimi kosmetykami, stosujmy zimne natryski i masaż. A przede wszystkim uważajmy na ogólny stan zdrowia, bo to warunek nieodzowny pięknej cery.

c. d. n.





Ładne i praktyczne



Model mniej więcej na cztery lata, wykonany z wełny „Luksusowej" lub „Polarnej" marki „Trójkąt w Kole".

Druty 3 mm do ściągaczki, 3½ mm do reszty roboty.

Ściegi: Nr. 1. Ściągaczka na szelki, dół i pasek spodeniek — jeden rząd w prawo, jeden w lewo. Nr. 2. dół spódniczki, obie strony roboty na prawo. Nr. 3. ścieg zasadniczy: 1 rząd, 2 oczka na prawo, przełożyć wełnę naprzód, zebrać dwa oczka, przełożyć wełnę w tył, dwa oczka na prawo i tak do końca; 2 rząd wszystkie oczka na lewo; 3 rząd, jak pierwszy tylko przeciwstawiając deseń; 4 rząd, jak drugi, 5 rząd jak pierwszy itd.

Opis spódniczki. Składa się z czterech jednakowych brytów. Na jeden bryt 66 oczek, cztery rzędy ściegiem Nr. 2, potem 12 cm ściegiem Nr. 3. Następnie spuszczać po obu stronach po jednym oczku, co 16 rzędów. Gdy robota będzie miała 32 cm zakończyć. Zszyć bryty zostawiając na przodzie dwa rozporki po 8 cm (można w nie wszyć zamek błyskawiczny). Spódniczkę naszyć w pasku na tasiemkę z zapięciem.

Opis spodeniek. — Zaczyna się robotę od góry z tyłu. 100 oczek na cieńszych drutach. Robić 14 rzędów ściągaczki, ścieg Nr. 1, przejść na grubsze druty, wykonać 21 cm prosto ściegiem Nr. 3. Na tej wysokości po obu stronach czterech środkowych oczek dodać po jednym oczku i dodawać w ten sposób co 4 rzędy aż pomiędzy

rzędami, które się utworzą z dodawania oczek będzie 18 oczek. Wtedy, po obu stronach roboty na długości 48 oczek zrobić ściągaczkę drutami cieńszymi (ścieg Nr. 1) 10 rzędów, zakończyć. Nabrać znów po dwu stronach pozostawionych na środku oczek po 48 oczek, zrobić ściągaczkę jak uprzednio i wykonać przód jak tył, tylko zamiast dodawać zbiera się oczka co 4 rzędy, aż zostanie na samym środku 4 oczka pomiędzy zbieranymi. Potem robić prosto 14 cm; od miejsca, w którym skończyło się spuszczanie oczek; podzielić robotę na trzy części. 50 oczek środkowych zostawić a robić boki. Od strony ściegu bocznego robić zupełnie prosto — od strony środka dodać najpierw 6 oczek (rozporek) i potem jeszcze 7 razy po jednym oczku co 3 rzędy i 5 razy po jednym oczku co drugi rząd i 7 razy po jednym oczku za każdym rzędem. Potem 4 rzedy prosto i dalej 14 rzędów ściągaczki na cieńszych drutach. — Zakończyć te dwa boki, 50 oczek środkowych trykotować zupełnie równo, robiąc po 3 oczka z każdej strony ściegiem Nr. 2 — na odpowiedniej wielkości zrobić ściągaczkę (ścieg Nr. 1 cieńsze druty). Można w ściągaczce zrobić dziurkę, albo w rozporki wszyć zapięcie błyskawiczne. — Potem zszywa się boki i nogawki.

Szelki. Ściegiem Nr. 2. Zaczyna się od 3 oczek i dodaje się z każdej strony po jednym oczku co drugi rząd aż razem będzie 13 oczek — wtedy robić dziurkę (po środku zakończyć 3 oczka i nabrać 3 w następnym rzędzie w tym samym miejscu). Gdy szelka ma 42 cm, zrobić drugą dziurkę i zbierać oczka po bokach, aby dojść do 3 oczek, jak na początku. Przy spodniach szelki z tyłu są przyszyte i wobec tego mają tylko po jednej dziurce. Z tyłu szelki krzyżują się.

Wystawa „Młodość, wdzięk, uroda" w Warszawie.

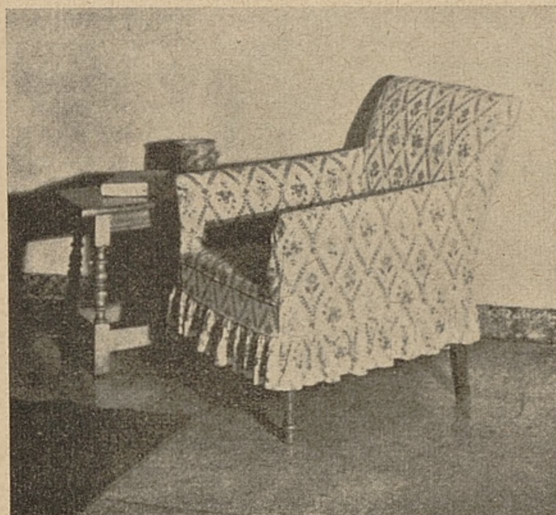
Celem wystawy perfumeryjno-kosmetycznej pod hasłem „Młodość, wdzięk i uroda" jest przede wszystkim przekonanie szerokiego ogółu o tym, jak pomyślnie rozwija się polski przemysł perfumeryjno-kosmetyczny. Wystawcami bowiem na Targach urządzanych w tym roku są wyłącznie firmy polskie, korzystające z polskiego surowca i polskiego robotnika solidarnym wysiłkiem przeciwstawiające się konkurencji zagranicznej.

Organizatorzy wystawy podkreślają z naciskiem społeczne znaczenie Targów, które — zachęcając do zaopatrywania się w polskie kosmetyki — mogą się przyczynić do realizacji aktualnych dziś haseł obrony bilansu i obrony narodowej (fabryki kosmetyków należą do przemysłu chemicznego i w razie potrzeby mogą bardzo łatwo służyć produkcji gazów).

Prawdziwie dobry rezultat może dać stosowanie kosmetyków jedynie bardzo starannie dobranych do rodzaju cery. Pudry i kremy polskie liczą się z warunkami klimatycznymi, ze sposobem żywienia i życia u nas w kraju. Natomiast obce preparaty, bardzo dobre gdzieindziej, w Polsce mogą nieraz zawodzić. Np. kosmetyki francuskie są zastosowane raczej do cery suchej, bo taką cerę mają najczęściej Francuzki, podczas gdy Polki mają zwykle cerę tłustą lub mieszaną. W interesie samych pań leży więc zaznajomienie się z wyrobami polskimi i zastosowanie ich.

Wystawa urządzona estetycznie mimo bardzo ograniczonego miejsca, informuje o polskich wyrobach kosmetycznych, uwydatniając ich różnorodność i estetyczne opakowanie.

Od pań zależy w dużym stopniu dalszy rozwój polskiego przemysłu perfumeryjno-kosmetycznego. Warto się nad tym zastanowić przy najbliższym zakupie kosmetyków.


rys. 1.

Pokrowce na meble[1]

Przez cały rok i w każdym niemal pokoju możemy używać ozdobnych pokrowców. Dawniej używano ich jedynie jako ochrony mebli w lecie, kiedy usuwało się dywany i kotary. Nie dbano wtedy wcale o ich ozdobność.

Obecnie dobrze dopasowane i przyjemne w kolorze pokrowce zastąpiły dawne, wykonane z materiałów zwyczajnych i bezbarwnych, najczęściej źle skrajane i uszyte. Dziś mamy do rozporządzenia tyle odpowiednich tkanin w pięknych niebieskich, zielonych czy fioletowych kolorach, że w lecie można urządzić wnętrze tak, aby skłaniało do wypoczynku i sprawiało wrażenie chłodu, w zimie natomiast ciepła czerwień i żółta barwa stworzą atmosferę przytulną i zaciszną. Jeżeli wzór tkaniny łączy ciepłe i zimne barwy, pokrowiec może służyć zarówno w lecie jak i w zimie.

Pokrowce mogą być używane wyłącznie dla ozdoby, częściej jednak służą do ochrony mebli. Dawniej używano pokrowców częściowych z rozmaitych tkanin, które chroniły tylne i boczne oparcia oraz siedzenia foteli przed zabrudzeniem i zniszczeniem. Zwykle były one białe lub w jasnych kolorach; jeżeli wkładało się je na ciemne meble, to w całości pokoju sprawiały wrażenie szeregu jaskrawie widocznych plam. Obecnie zwraca się większą uwagę na jednolitość w umeblowaniu i dlatego całkowite pokrowce zajmują miejsce częściowych, a nadto są bardziej dostosowane do całego wnętrza.

W domach, w których są dzieci, pokrowce dające się szybko zdjąć i uprać są niemal koniecznością i stanowią rozsądny wydatek, jeżeli zależy nam na zachowaniu dobrego wyglądu mebli. Chronią one meble od zniszczenia przez brudne ręce i zabawki, niezbyt czyste ubranie i przez codzienny użytek.

Takie pokrowce przedłużają żywot wygodnych foteli i kanap. Oszczędna pani domu może wykonać je sama dla ochrony mebli lub też dla zakrycia miejsc zniszczonych. W ten sposób, przedłużając okres używalności posiadanych mebli, pokrowce pomagają do przetrzymania „chudych" okresów budżetu domowego, które nie pozwalają na kupienie nowego obicia lub nowych mebli.

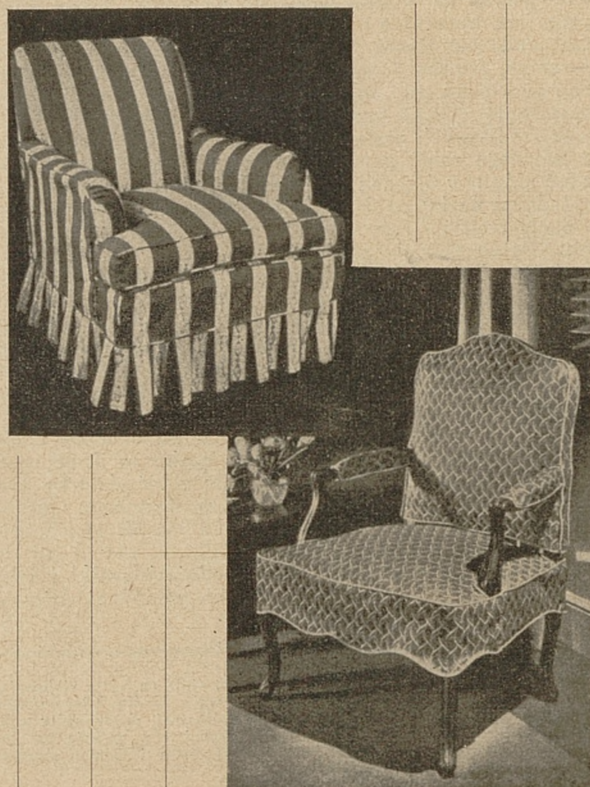
[1]) (Wydawnictwo Min. Rolnictwa St. Zjedn. A. P. — lipiec 1931).

WYBÓR TKANINY

Materiały harmonizujące z całością umeblowania pokoju zwykle nie kosztują więcej niż te, które się z tą całością nie zgadzają; często jednak w sklepie wyglądają one inaczej niż na obiciu fotela. Jeżeli pani domu ma do wyboru dwa desenie tkaniny, powinna wybrać ten, który najbardziej odpowiada rysunkowi dywanów i kotar. Do sypialni można używać kretonów (chinz ang.) w drobniutki zamazany deseń, do pokoju mieszkalnego — kretonów o dużym stylizowanym rysunku itd. Jeśli to możliwe, należy przed kupieniem materiału przyjrzeć się dużym jego próbkom w danym pokoju.

Jeżeli pokrowce mają służyć dłużej niż jeden sezon, lepiej jest kupować jak najlepszy materiał. Materiały bardzo tanie szybko płowieją zarówno od słońca jak od prania. Zwykle mają one t. zw. apreturę usztywniającą, która się wypiera i pozostawia materiał chropawy, słaby, rzadko tkany. Przy tym w lepszych gatunkach znajdujemy również ładniejsze barwy i desenie, a chociaż jednorazowy wydatek jest większy, takie pokrowce będą ład nie wyglądały przez cały czas ich trwania. Nawet jeśli pokrowce mają być używane tylko w pewnych porach roku, dobrze jest kupować na nie kretony grubsze lub cienkie glansowane (woskowane) i półglansowane, angielską materię wełnianą „gingham" lub popelinę. Jeśli chodzi o pokrowce do całorocznego użytku, które by przypominały jak najbardziej obicia meblowe, to w rypsach, adamaszkach bawełnianych, satynach kotarowych itd. znajdziemy duże bogactwo barw i rysunków oraz ciekawe możliwości dekoracyjne.

Należy zaznaczyć, że dotychczas nie ma na rynku krajowych materiałów odpowiednich na ten cel. Jednakowoż angielskie materiały pokrowcowe są stosunkowo niedrogie. Cienkie woskowane kretony o bardzo miłym rysunku i świeżych barwach można dostać już



w cenie zł. 2 — 2.50 za metr, a najdroższe — grube chinze kosztują około 7—8 zł.

Pokrowce często marszczą się brzydko i mną, nie można bowiem naciągnąć ich tak ciasno i tak mocno przytwierdzić do mebla, jak obicie. Materiały grubsze i bardziej ściste marszczą się dużo mniej niż cienkie. Marszczenie się materiału zależy od zawartości w nim substancji usztywniającej. Materiały nakrochmalone mną się łatwo, te zaś, które są bardzo mało usztywnione, długo zachowują dobry wygląd. Jeśli materiał nadaje się do prania, to łatwo można przywrócić mu świeżość.

W tkaninach wzorzystych zmięcie i załamania są mniej widoczne, czasem jednak trzeba kupić gładki materiał, gdyż wybór pokrowca musi podlegać tym samym wytycznym co wybór kotar: jeżeli ściany są deseniowe, obicie mebli musi być gładkie lub też o rysunku tak drobnym, żeby sprawiał wrażenie specjalnego rodzaju tkania. Tak więc wąskie, niewidoczne prążki albo krateczka są dopuszczalne w tych pokojach, w których nie ma mowy o zastosowaniu wyraźnego deseniu. W pokojach, w których ściany są gładkie, najwłaściwsze będą materiały wzorzyste, przy czym w ich wyborze można uwydatnić swój indywidualny gust. Tkaniny gładkie są nieco monotonne, podczas gdy wzorzyste nadają mieszkaniu pewien określony charakter. Niezależnie od zharmonizowania ze ścianami, tkaniny na pokrowce muszą odpowiadać rozmiarom pokoju i mebli, do których pokrycia mają służyć. Np. obszerne pokoje i duże meble wymagają tkanin silnych w konsystencji i w rysunku, a bogatych w kolorze; niewielkie pokoje i małe mebelki wymagają tkanin o drobniejszym rysunku, lżejszych i jaśniejszych w kolorze.

Dla skutecznej ochrony mebli tkaniny na pokrowce winny być ściste i mieć gładką powierzchnię tak, aby nie zbierały w sobie kurzu i nie przepuszczały go przez otwory. Czasem odpowiednie przygotowanie fabryczne (nawoskowanie) powierzchni materiału, który bez tego byłby niedość ścisły, nadaje mu pożądane właściwości (glansowane kretony i muśliny — w kolorach wesołych, gładkie i deseniowe).

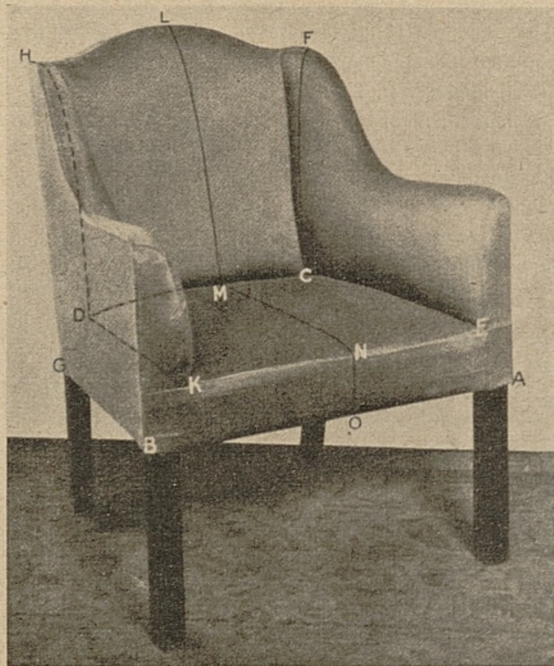
WYKONANIE POKROWCÓW

Przed wybraniem materiału należy dokładnie obliczyć potrzebną ilość.

Rys. 2 przedstawia fotel, którego pokrowiec ma służyć do stałego użytku i zastępować obicie. Jeden koniec centymetra krawieckiego przymocować do dolnej zewnętrznej krawędzi pleców pośrodku. Zmierzyć do wierzchołka pleców fotela L, po przez przednią (wewnętrzną) część pleców wzdłuż linii LM; po przez siedzenie po linii MN i w dół przedniej krawędzi NO. Dodać 10 cm na założenie wzdłuż CD i 15 cm na szwy i wykończenie dolnej krawędzi. Oparcia boczne: umocować centymetr w punkcie C i zmierzyć do F, po przez wierzchołek oparcia i w dół do dolnej zewnętrznej krawędzi fotela. Dodać 5 cm na założenie wzdłuż CE i 10 cm na wykończenie dolnych krawędzi. Sprawdzić, czy uwzględnione są naddatki materiału na wszystkie szwy (rys. 3). Jeżeli szerokość materiału wynosi tylko ok. 90 cm, to na dwa oparcia boczne potrzebna będzie ilość materiału równa podwojonej ostatniej mierze; jeżeli jednak materiał jest szerszy (130 cm) i dwustronny, wystarczy jedna długość. Bywają jeszcze materiały szerokości 75—80 cm. Następujące zestawienie uwidacznia wymiary oraz ilości materiału szerokości 90 cm, potrzebne na każdą część pokrowca:

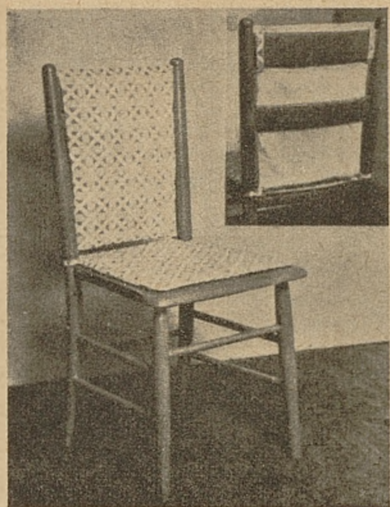
Na tył pleców od dolnej krawędzi do wierzchołka L — 66 cm. Na wewnętrzną stronę pleców wzdłuż LM — 61 cm. Siedzenie od pleców do przodu MN — 53½ cm. Wysokość siedzenia z przodu NO — 10 cm. Na dwa oparcia boczne: od C do F 53½ cm; na dwa — 107 cm; od F do dolnej krawędzi zewn. 61 cm; na dwa 122 cm. Na założenia, szwy i wykończenie dolnych krawędzi — 91½ cm. Razem 511 cm = 5,11 m.

Jeżeli robimy pokrowiec z tkaniny w duży deseń, który musi być odpowiednio rozmieszczony i ma określony kierunek, trzeba kupić jej więcej. Ilość potrzebnego materiału zależy od wielkości rysunku i od odległości między poszczególnymi jego motywami. Jeżeli pokrowiec



rys. 2.


rys. 3.



rys 4.

ma być wykończony fałdowaną albo marszczoną falbaną, jak np. na rys. 1, trzeba więcej materiału niż na pokrowiec według rys. 2.

Aby obliczyć ilość materiału potrzebnego na falbanę, trzeba zmierzyć obwód fotela w miejscu, gdzie falbana będzie się łączyła z całością pokrowca. Na rys. 2 obwód ten wynosi 2,54 m czyli odpowiada trzem szerokościom materiału. Na falbanę marszczoną potrzeba dwa razy tyle materiału, t. zn. sześć szerokości, a na fałdowaną trzy razy tyle, czyli dziewięć szerokości. Gdy pomnożymy ilość szerokości przez żądaną wysokość falbany, otrzymamy ogólną ilość potrzebnego materiału, do której trzeba doliczyć naddatki na dostosowanie fragmentów deseniu i na zaobrębienie. Np. na falbanę marszczoną wysokości około 18 cm do fotela na rys. 2 potrzeba około 107 cm plus przynajmniej 45 cm na dopasowanie deseniu i zaobrębienie. To znaczy, że na pokrowiec z falbaną trzeba kupić około 1,5 m materiału więcej niż na pokrowiec bez falbany na ten sam fotel.

Czasem robi się falbanę tylko z przodu i po bokach fotela, z tyłu zaś nie, co oczywiście wymaga mniejszej ilości materiału

Na ogół powyższy sposób może być stosowany do obliczania materiału, potrzebnego na jakikolwiek pokrowiec. Pewne jednak zmiany mogą się okazać konieczne w związku ze specjalnym rodzajem mebli i z żądanym typem pokrowca.

Dla wykonania poduszek na krzesła (rys. 4) można dostać niewielkie „resztki". Obie strony poduszek mogą być z jednakowego materiału albo — dla rozmaitości — z materiałów kontrastowych. Na rys. 5 podwójna wysokość siedzenia plus długość jego od przodu do tyłu odpowiada ilości potrzebnego materiału. Na boczne pasy siedzenia wystarczą długie ścinki, pozostałe ze skrajania dużych kawałków. Na lamówki na szwach lub na sznury przy pokrowcach na ruchome poduszki do foteli i kanap można użyć materiału w kolorze kontrastowym.

Dla oszczędności spody ruchomych poduszek i tylne części pokrowców można zrobić z tańszego materiału. Materiał droższy musi jednak zachodzić dość głęboko, aby tańszy nie był widoczny.



rys. 5.

Dobrze dopasowany pokrowiec musi mieć jakieś rozcięcie czyli otwarcie. Umiejscowienie tego rozcięcia zależy całkowicie od mebla, który ma być pokryty i od rodzaju zapięcia, jakiego użyjemy. Zatrzaski, haftki i guziki nie zabezpieczają przed rozchylaniem się otworów między nimi pod silniejszym naciskiem z góry. Dlatego też można ich używać jedynie wtedy, gdy pokrowiec jest dość luźny (rys. 1 i 6) lub gdy rozcięcie umieszczone jest w miejscu niewidocznym (rys. 5). Zamknięcie „błyskawiczne" jest bardzo odpowiednie dla pokrowca według rys. 2. Jest ono umieszczone wzdłuż szwu, łączącego zewnętrzną część pleców z materiałem pokrywającym zewnętrzną część oparcia bocznego. Rys. 7. (B i C) pokazuje rozcięcia konieczne, gdy chcemy mieć całkowity pokrowiec na fotel podobny do widocznego na rys. 5.

Zanim zabierzemy się do robienia pokrowca, należy sparzyć materiały nadające się do prania. Ładny wygląd tych ruchomych obić zależny jest w dużej mierze od dobrego dopasowania ich, a nigdy nie można z dostateczną pewnością obliczyć naddatków materiału na skurczenie się w praniu.

Gdy robimy pokrowce z materiału gładkiego lub w drobny dwustronny deseń, możemy kłaść tkaninę wprost na fotel i krajać bez wzoru. Robiąc pokrowiec według rys. 2, zaczynamy od tyłu, przy czym spuszczamy brzeg materiału na około 8 cm poniżej obicia. Na wierzchołku oparcia (pleców) przypinamy materiał do stałego obicia,

Gdy kobieta ma rację...

„Czy ty prowadzisz rachunki domowe, kochanie?" pyta młody małżonek przy śniadaniu i dodaje zakłopotany widząc zdumione spojrzenie żony: „....wybacz, ale mam wrażenie, że nasze dochody nie wystarczą, jeżeli już od samego rana podajesz tak wykwintne pożywienie. Czy wiesz, ile kosztuje tak wyśmienita kawa?"

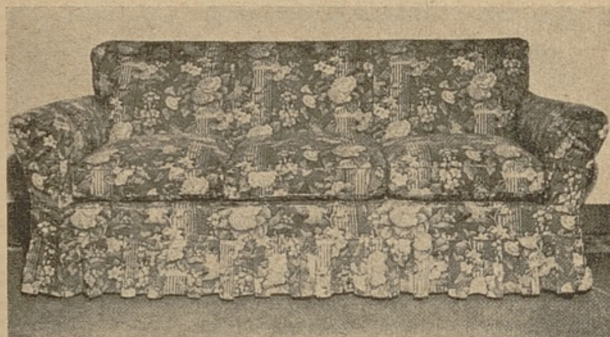
„O, o to nie potrzebujesz się zupełnie obawiać; jeszcze z domu rodziców pamiętam dobrze, że jedna filiżanka kawy „Enrilo", licząc już z mlekiem i cukrem, kosztuje zaledwie 3 grosze".

aby się nie ruszał. W punkcie L naddajemy około 2,5 cm na założenie i wygładzamy materiał wzdłuż przedniej części oparcia. Należy przy tym uważać, aby poprzeczne nitki tkaniny leżały równolegle do podłogi, w przeciwnym razie bowiem pokrowiec wyjdzie krzywo i po praniu będzie się brzydko układał. Na linii CD naddajemy 10 cm na założenie i prowadzimy materiał do EK. Zaznaczamy szpilkami linię szwu i obcinamy materiał o 2½ cm niżej. Następnie rozkładamy materiał na wewnętrznej stronie oparcia bocznego. Na linii CE naddajemy 5 cm na założenie i przypinamy materiał do obicia wzdłuż górnej krawędzi oparcia. Dopasowujemy kawałki boczne (zewnętrzne), pozostawiając 8 cm na wykończenie dolnej krawędzi. Wykrawamy małe kawałki na przody oparć bocznych i pas na przednią część siedzenia (wysokość siedzenia). Odcinamy wszelki zbędny materiał, pozostawiając tylko około 2½ cm na każdy szew. Krająć pokrycie siedzenia wzdłuż linii CE i DK, naddajemy po 5 cm na założenie, czyli razem 10 cm. Kiedy wszystkie części są już skrajane i cały pokrowiec jest spięty szpilkami, można go sfastrygować a następnie zszyć.

Rodzaj szwów zależy przede wszystkim od materiału i od tego, jak ma wyglądać wykończony już pokrowiec, w każdym razie jednak szwy muszą być dostatecznie trwałe, aby wytrzymać nacisk z góry. Szew francuski o podwójnym ściegu jest bardzo mocny i pokrywa nieobrobione brzegi. Często stosuje się szew po prawej stronie materiału w odległości około ¾ cm od brzegu i pokrywa się go rodzajem lamówki. Odpowiednim wykończeniem szwów są również sznury, kontrastujące z materiałem użytym na pokrowiec (rys. 5) lub harmonizujące z nim (rys. 6). Gdy materiał jest zbyt gruby, aby zrobić zeń sznur, możemy — jak na rys. 2 — wykonać szew po lewej stronie materiału w odległości około ½ cm od zaznaczonej linii szwu, następnie obrócić materiał i zszyć go jeszcze raz po prawej stronie. Ten drugi szew idzie po zaznaczonej uprzednio linii, sprawiając wrażenie sznura. Brzegi materiału, oddalone od szwu o dobry centymetr, należy obrzucić.

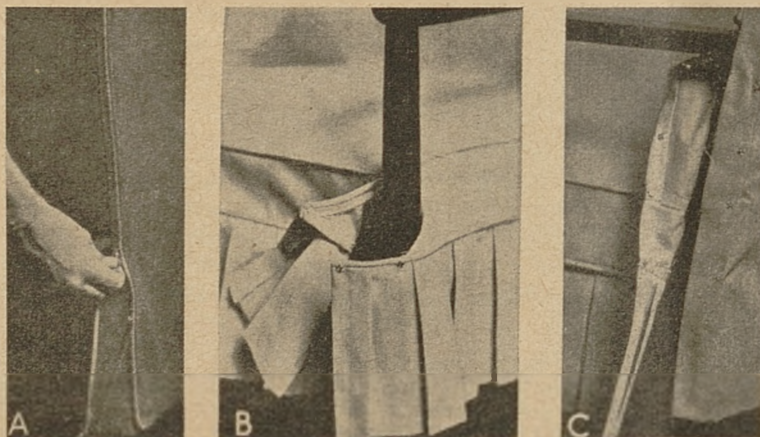
Jeśli robimy pokrowiec poraz pierwszy lub wykonujemy go z materiału o dużym rysunku, lepiej jest — zanim zaczniemy krajać nowy materiał — przygotować sobie formę ze starych prześcieradeł albo z dużych kawałków starych materiałów. Formę należy wykonać w sposób omówiony powyżej. Przyda się to dla obliczenia ilości potrzebnego materiału i dla rozmieszczenia motywów rysunku.

Pokrowiec na kanapę na rys. 6 może być wykonany bez żadnej prawie straty materiału z tkaniny szerokości ok. 90 cm. Na każdą z poduszek i z części tylnego oparcia zużywamy jedną szerokość, z której pozostaje jeszcze pas dość szeroki, aby zamknąć wszystkie boki poduszek. Części tylnego oparcia odpowiadają trzem poduszkom, a między sobą połączone są sznurami z tego samego materiału. Ogólny plan wykonania jest taki sam jak poprzednio omówiony.


rys. 6.

Luźne poduszki powinno się pokrywać rozmaicie, a pokrowiec winien odpowiadać rodzajowi poduszki. Np. poduszki „pudełkowe" (o zaznaczonej wysokości) muszą mieć takież pokrowce, nie zaś poprostu zrobione z dwóch zszytych ze sobą kawałków materiału. Ponieważ te pokrowce często się zdejmuje, muszą być otwierane z jednego boku.

Wykonanie ozdobnego pokrowca na mebel nie jest wprawdzie bardzo prostym zadaniem, jednak i amator może osiągnąć dobre rezultaty, jeżeli zechce poświęcić dosyć uwagi wyborowi materiału, właściwemu rozmieszczeniu motywów rysunku, dobremu dopasowaniu i mocnym szwom.



rys. 7. Trzy rodzaje zapięcia pokrowców; A — na błyskawiczne zamknięcie wzdłuż krawędzi mebla, B i C na zatrzaski przy poręczy nie okrytej pokrowcem.



Jerzy Bonkowicz-Sittauer

Budujemy dom —
garść praktycznych uwag

Estetyka — wygoda — ciepło — powietrze — światło — trwałość — cena

Obserwacja nowoczesnego budownictwa w ogóle, a w Polsce w szczególności, zdaje się potwierdzać zdanie o wysokiej pozycji architektury w hierarchii umiejętności ludzkich. Mało mamy przykładów należytego zharmonizowania najważniejszych elementów dobrej budowli; często natomiast spotykamy przykłady jak gdyby rezygnacji architekta z dążenia do ideału, jakim być powinno zespolenie zasad piękna z celowością; rezygnacja ta przejawia się w uwzględnieniu jednego z tych czynników z widocznym pominięciem drugiego.

Biorąc pod uwagę specjalnie budownictwo mieszkaniowe, pomimo dużego bez wątpienia postępu na tym polu wciąż jeszcze napotykamy na tak kapitalne błędy, że wydaje się rzeczą aktualną omówienie najistotniejszych braków i potrzeb, jakie przy budowie mieszkania uwzględniać należy. Nawet przez najlepszych architektów budowane mieszkania grzeszą nieraz takimi usterkami, że zrozumiałą staje się niechęć wielu budujących do architektów i zwracanie się do majstrów, często zupełnie niewykwalifikowanych.

Rozwiązując setki, a może i tysiące szczegółów budowy mieszkania, musimy dobrze wiedzieć, czego od tego obiektu wymagamy i w jakim stopniu mają być uwzględnione poszczególne życzenia. Rzeczą właściciela jest uświadomić sobie, czego chce, rzeczą architekta — skalkulować i zaproponować rozwiązanie harmonijne, możliwie najlepsze.

Brakiem wielu projektów jest rozwiązanie zbyt jednostronne: lekceważy się momenty wygody oraz nasze specyficzne warunki, wynikające z niedostatku urządzeń podstawowych (uzbrojenie terenów budowlanych) [1], a także różnice klimatyczne i odmienny niż np. we Francji czy Anglii sposób prowadzenia gospodarstwa domowego. Nie uwzględnia się przeważnie faktu, że koszty budowy, zwłaszcza wykończenia budynku, oraz instalacyj są u nas wyższe niż w tamtych krajach, podczas gdy koszty żywności oraz płace służby domowej są stosunkowo niższe. Cena prądu, gazu oraz wielu wyrobów gotowych w stosunku do przeciętnych dochodów rodziny w Polsce i za granicą jest u nas na tyle wysoka, że zmusza do innego niż za granicą trybu życia, a tym samym do innego urządzania mieszkań.

Połączenie wymagań estetyki z wygodą; ciepła, światła i powietrza — z trwałością i ceną zarówno budowy jako też eksploatacji —oto zadanie trudne; u nas trudniejsze do rozwiązania niż w innych krajach zachodniej Europy lub w Ameryce. Artykuł p. J. Ginett-Wojnarowiczowej (Nr. 4, 1937) daje ciekawe oświetlenie możliwości wyzyskania elementów światła, przestrzeni i barwy w urządzaniu nowoczesnych wnętrz. Ale nie mniej ważne są też inne, bardziej *praktyczne* postulaty, które należy znać i umieć racjonalnie realizować.

Architekt — Pani Domu

Nie ma chyba dość silnych akcentów dla podkreślenia ważności współpracy architekta z panią domu zarówno przy projektowaniu jako też podczas wykonywania budowy. Jakże często aprobata projektu odbywa się na podstawie obejrzenia planów technicznych, niezrozumiałych dla laika. Kończy się na „ocenie" widoku ogólnego i bar-

---

[1]) Uzbrojeniem terenu nazywamy zaopatrzenie go w podstawowe instalacje, jak wodociągi i kanalizacja (ew. elektryczność i gaz) oraz zapewnienie mu dostępu w postaci chodników i jezdni.

dzo powierzchownej analizie rozkładu wnętrza. Ale szczegóły, ich układ, wymiary i wykonanie stają się zrozumiałe dopiero po wykończeniu, gdy na zmiany jest już za późno. Powoduje to kosztowne i niefortunne przeróbki lub stałą niewygodę i narzekanie. Tymczasem zanim jeszcze zamówi się projekt u architekta, zasadnicze wymagania powinny już być ustalone w gronie domowym. Najlepiej czynić to na podstawie szczegółowej analizy tego mieszkania, które się obecnie zajmuje, przy uwzględnieniu zarówno poprzednich swoich mieszkań, jako też mieszkań znajomych. Uporządkowanie własnych obserwacyj i usystematyzowanie swoich życzeń nie jest sprawą łatwą; wymaga dłuższego czasu oraz pewnej umiejętności metodycznej pracy i jasnego precyzowania zarówno obserwacyj jako też wniosków.

Wydaje mi się, że dla osób nie mających ani przygotowania teoretycznego (studia techniczne), ani dostatecznego doświadczenia (dłuższe obserwacje i czynny współudział w budowaniu i projektowaniu) — byłoby rzeczą wysoce pożyteczną zaznajomić się z zasadami teoretyczno-technicznymi, z planowaniem i czytaniem planów itp. przy pomocy popularnych podręczników i czasopism. Bardzo cenna będzie pomoc osoby fachowej, mogącej udzielić wyjaśnień zarówno co do wątpliwości powstających na tle czytania wspomnianych podręczników i czasopism, jako też wobec poznawanych obiektów w naturze. Bardzo znaczne rozszerzenie pojęć odda zwiedzanie wystaw budowlanych oraz budujących się domów, wreszcie mieszkań naszych znajomych. Odpowiednio organizowane wycieczki, dobrze prowadzone przez sumienną i doświadczoną siłę fachową, oddałyby w tym zakresie duże korzyści. Byłoby jednak wskazane, aby zwiedzanie wszelkich obiektów w naturze, nawet prywatnych mieszkań znajomych uzupełniać rozpatrywaniem planów ich, a przynajmniej szkiców. Pozwoli to na bardziej wnikliwe obserwacje i nauczy czytania planów.

Sądzę też, że odpowiednio zorganizowane referaty na temat budownictwa mieszkaniowego przyczyniłyby się znacznie do ugruntowania i pogłębienia „mieszkanioznawstwa". Warunkiem atoli, o którym nie wolno zapominać, jest właściwy dobór prelegenta. Nie każdy dyplomowany architekt jest dobrym fachowcem w zakresie mieszkalnictwa, a nie każdy fachowiec w tej dziedzinie posiada umiejętności popularyzatorskie. Można urządzać prelekcje teoretyczne z wykresami, planami, obrazami świetlnymi itd. Konieczna będzie dyskusja i wyjaśnienia fachowca oraz uwagi pań domu. Przyda się też zwiedzenie budujących się i gotowych obiektów oraz zamieszkałych domów, zakończone omówieniem spostrzeżeń przez prelegenta i dyskusją w ciaśniejszym gronie, obejmującym tych, którzy już konkretnie do budowy przystępują.

Tej kategorii najdalej już zaawansowanych adeptów i adeptek budownictwa zalecamy gromadzenie konkretnych materiałów w postaci notatek i szkiców. Takie domowe archiwum budowlane, zawierałoby przede wszystkim dokładny szkic, z wymiarami dotychczasowego mieszkania wraz z notatkami co do braków i niewygód; następnie własne lub wybrane z podręczników projekty z uwagami i dodatkowymi żądaniami oraz szkice i notatki z oglądanych i omawianych cudzych mieszkań. Podkreślić należy ważność stosowania pojęć sprecyzowanych, a więc możliwie wymiarów w cyfrach. To nie taka wielka sztuka, nawet dla laika, zmierzyć metrówką i zanotować wysokość, długość i szerokość spiżarki, kuchni, łazienki czy szafy ściennej itp. A będą to w konkretnej rozmowie z architektem materiały bardzo cenne.

Wybór parceli — uzbrojenie terenu — obszar — ogród — ogrodzenie — dojazd — dostęp

Obmyślania mieszkania nie można ograniczyć do sprawy wnętrza; trzeba pomyśleć też o całości domu, a również o jego położeniu. W kolejności spraw, które przy budowie rozstrzygać musimy, wybór parceli wysuwa się nieomal na pierwsze miejsce. (Przed tym trzeba mieć oczywiście plan finansowy, ale o tym pomówimy na końcu artykułu). Wybór parceli budowlanej w naszych warunkach — oprócz zasadniczych trudności zachodzących na całym świecie — wiąże się z koniecznością pokonania specyficznego dla Polski oporu, wywołanego zupełnym nieomal nieprzygotowaniem do zabudowy terenów podmiej-

skich. Place leżące przy ulicach zaopatrzonych w jezdnie i chodniki, więc jako tako uzbrojone, są zazwyczaj tak drogo szacowane, że nie można nawet marzyć o ich nabyciu dla budowy domu mieszkalnego, a nie dochodowego. Bardzo nieliczne tereny parcelowane np. w Warszawie przez B.G.K., rozpracowane przynajmniej teoretycznie, na planie, są zazwyczaj obwarowane takimi formalnościami, że zwyczajny pracujący śmiertelnik nie może zdobyć się na wysiłek sprostania im i szuka swobodniejszego kupna „prywatnej" parceli. Ale to też gehenna. Najpierw pośrednicy: natarczywi, niefachowi, niesumienni a kosztowni. Potem hipoteka, zazwyczaj nieuporządkowana i trudna do oczyszczenia. Na koniec plan regulacyjny; albo go nie ma, albo się robi. W obu wypadkach nie wiadomo, kiedy będzie. A bez niego trudno ustalić, którędy przejdzie ulica. Działka stanowi więc nierozwiązaną zagadkę co do granic i frontu. Kłopoty powiększa jeszcze zazwyczaj niechęć biurokracji miejskiej do każdego budującego się, nieżyczliwy stosunek do projektów oddawanych do zatwierdzenia i wysokie opłaty za wszelkie związane z tym czynności urzędowe.

Oczywiście, wszystkie te opory przy silnej woli można pokonać, a nawet zaobserwowano już pewne wysiłki władz miarodajnych w kierunku ich usuwania. Podkreśliłem je nie dla zniechęcenia amatorów budowy, ale celem poinformowania ich o istniejących trudnościach i ewentualnego zalecenia skupienia wysiłków.

Spółdzielczość może tu wiele pomóc, nie krępując w dalszym postępowaniu. Zrzeszenie spółdzielcze może ograniczyć swą rolę do nabycia i prawidłowego rozparcelowania większego terenu. Wspólne załatwienie formalności zmniejsza kłopoty formalistyczne poszczególnych budujących, zwłaszcza że spółdzielnia zawsze ma szanse na życzliwsze traktowanie niż osoba prywatnie inwestująca. Wspólne przy pomocy spółdzielni nabycie planu nie tylko pozwala na racjonalniejszą parcelację i podstawowe uzbrojenie, ale daje możliwość poważnych ułatwień zarówno przy nabywaniu i dostawie materiałów budowlanych, jak przy umowach z przedsiębiorcą, organizowaniu komunikacji itp. Bynajmniej zaś nie ogranicza to swobody w wyborze typu domu, o ile ktoś z nabywców parcel ma indywidualne wymagania.

Przy wyborze terenów budowlanych należy zdać sobie sprawę z rodzaju i wielkości projektowanego domu, budowli pomocniczych, a także i obszaru ogrodu, podwórza itp.

Nieurządzony, nieuzbrojony teren budowlany, zwłaszcza nieco bardziej odległy od miasta, kosztuje zwykle nie wiele w porównaniu z kosztem budowy. Jednak trzeba przewidywać, że stopniowe uzbrajanie nowopowstałej ulicy będzie pociągać za sobą rosnące obciążenie parceli i to prawie proporcjonalnie do długości frontu. Należy nabywać działki raczej za duże niż za małe, ale powinno się dbać o możliwie krótki front. Zatem kalkulacja z uwagi na uzbrojenie ulicy i kosztowny parkan frontowy przemawia na korzyść parcel głębokich a raczej wąskich. Oczywiście, mam tu na myśli zabudowanie dzielnic willowych, tam bowiem, gdzie fronty domów wyzyskuje się dla sklepów itd. kalkulacja może wypaść inaczej.

Falistość terenu przy małych działkach stanowi pewne utrudnienie; przy odpowiednio większych działkach może mile urozmaicić ogród, względnie dać pole architektowi do pomysłowego rozwiązania projektu budowli na stoku, wyzyskania jednostronnych suteren np. na garaż pod mieszkaniem itp.

Dobre rozwiązanie ogrodu i praktyczne ogrodzenie parceli ma znaczenie zasadnicze. Bez ogrodzenia mieszkaniec podmiejskiego domku jest narażony na tyle przykrości i strat w ogrodzie, że nie wolno tej sprawy odkładać i trzeba ją uważać za równie pilną jak zapewnienie dojazdu i dojścia do domu. Nawet najbardziej prymitywne chodniki i najskromniejsza jezdnia mogą na początek wystarczyć, ale narazi się na ogromne przykrości ten, kto ich zupełnie zaniedba; gdy nadejdą jesienne błota i wiosenne roztopy, mieszkanie pozbawione choćby prymitywnego chodnika może stać się nieomal bezużytecznym.

Odwodnienie jezdni i chodników oraz dostępów do mieszkań i podwórz, zabezpieczenie piwnic i podwórz od zalewania wodą burzową i pochodzącą z roztopów — oto zasadnicza potrzeba nowopowstających dzielnic. Sprawy te należą do zarządów miejskich; nieraz atoli nie kwapią się one z ich uregulowaniem, to też pojedyńczo budujący się z trudem znajdzie rozwiązanie. O wiele łatwiej da sobie radę grupa budujących, zwłaszcza związana w spółdzielnię.



INSTYTUT GOSPODARSTWA DOMOWEGO

CECHA INSTYTUTU GOSPOD. DOMOWEGO NA ROK 1937/38.

SŁOJE KONSERWOWE „REKORD"

Wytwórca: Huta Szklana „Hortensja" w Piotrkowie Tryb.

Cena od zł 0,50 do zł. 1.— zależnie od pojemności.

Do nabycia w składach szkła i porcelany.

Opis. Słoje konserwowe „Rekord" znajdują się w handlu znormalizowane, w jednym typie, o pojemnościach od 1/4 do 2 litrów.

Pokrywy i gumki uszczelniające posiadają jednakowe wymiary, niezależnie od pojemności.

Badania Instytutu wykazały, że słoje konserwowe „Rekord" wyrabiane są ze szkła wytrzymałego na przeciętne użycie i zmiany temperatury. Pojemności słojów do jednego litra różnią się między sobą o 1/4 litra; pojemności powyżej 1 litra różnią się między sobą o 1/2 litra. Pokrywy są dokładnie doszlifowane i pozwalają na szczelne zamknięcie słojów.



Zastosowanie. W szczelnie zamkniętych słojach konserwowych „Rekord" można przyrządzać przetwory owocowe i jarzynowe gotowane lub też zamykać „na gorąco".

Uwaga. Przed użyciem należy słoje „Rekord" jak najdokładniej oczyścić i wyjałowić (Patrz nr. 7 „Pani Domu" 1934 r. uwagi Instytutu o dezynfekcji naczyń do przetworów).

PRZEDŁUŻENIE CECH NA ROK 1937.

SŁOJE KONSERWOWE „POL".

Opis: „Pani Domu" nr. 7. 1934 r.

Wytwórca: Huta Szklana „Ożarów" pod Warszawą.

Cena od zł 0,65 do zł 1,35 zależnie od pojemności.

Do nabycia w sklepach z galanterią kuchenną i składach szkła i porcelany.

SŁOJE KONSERWOWE „UJŚCIE"

z doszlifowanymi pokrywami

Opis: „Pani Domu" nr. 11. 1936 r.

Wytwórca: Fabryka Szkła „Ujście" S. A., Ujście — woj. poznańskie.

Cena od zł 0,60 do zł 1.15 zależnie od pojemności słoja.

Do nabycia w składach szkła i porcelany.

SZAFKOWA LODOWNIA POKOJOWA „ESTE-RA"

Opis: „Pani Domu" nr. 13—14. 1936 r.

Wytwórca: „Este-Ra" — Fabryka Wyrobów Blaszanych i Chłodni. Stefan Radajewski, Poznań 10, Warszawska 37.

Cena lodowni o pojemności około 50 litrów wybitej wewnątrz blachą cynkową zł 115,—; wyłożonej wewnątrz kaflami zł 142.—.

Do nabycia u wytwórcy i w składzie fabrycznym w Warszawie, Królewska 49, tel. 6-55-26.

Koniec działu Instytutu Gospodarstwa Domowego

POGADANKI POLSKIEGO RADIA DLA KOBIET

Wtorek 4 maja godz. 17: odcinek powieści mówionej — „Dni powszednie państwa Kowalskich".

Środa 5 maja godz. 12.50: Halina Mamelokowa — Szukam letniska.

Czwartek 6 maja godz. 17: Jadwiga Krawczyńska — Jak pracują młode spółdzielczynie.

Piątek 7 maja godz. 12.50: Irena Dochówna — Mój ogródek warzywny.

Wtorek 11 maja godz. 17: odcinek powieści mówionej — „Dni powszednie państwa Kowalskich".

Środa 12 maja godz. 12.50: Olga Ustupska - Wróblewska — Na służbie w mieście.

Czwartek 13 maja godz. 12.50: Zofia Hoffmanowa — Wynajmuję mieszkanie i przyjmuję pracownicę.

Piątek 14 maja godz. 12.50: Helena Polkowska — Kaczęta i gęsięta.

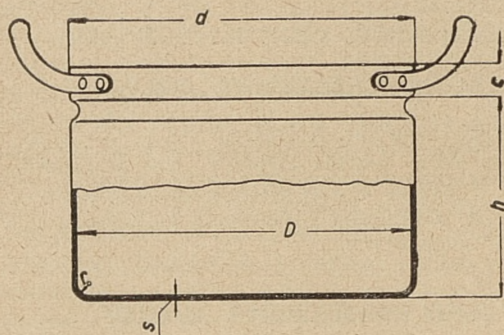
Normalizacja w gospodarstwie domowym

Normy opracowane przez Instytut Gospodarstwa Domowego pod przewodnictwem mgr. J. Brzozowskiej-Romanowej dla Polskiego Komitetu Normalizacyjnego przy Ministerstwie Przemysłu i Handlu.

Garnki wieżowe aluminiowe

PN*)
D–214

Wymiary w mm — Zał Pł 569/25.2.37

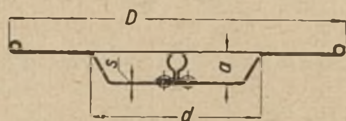


Średnica wewnętrzna		D	140	160	180	200	224
Wymiar „h" dla garnków	głębokich	h_1	112	128	144	160	180
	półgłębokich	h_2	84	96	108	120	135
	płytkich	h_3	56	64	72	80	90
Pojemność w litrach		V_1	1,5	2,5	3,5	5	7
		V_2	1,25	1,75	2,5	3,75	5,25
		V_3	0.75	1,25	1,75	2,5	3,5
Średnica zewnętrzna		d	145	165	185	205	230
Wysokość brzegu		c	15	15	17	20	20

Warunki wykończenia garnków aluminiowych wieżowych podobne do warunków wykończenia garnków aluminiowych zwykłych (patrz: „Pani Domu" Nr 1, 1937).

Pokrywy do garnków wieżowych aluminiowych

Wymiary w mm



Średnica garnków i pokryw	D	140	160	180	200	224
Średnica wglębienia w pokrywie	d	70	80	90	100	112
Wysokość wglębienia	a	16	16	16	16	16

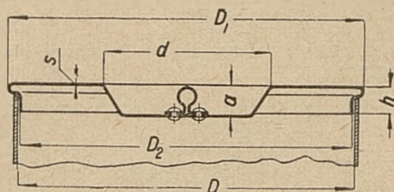
Warunki wykończenia pokryw:

1) Unikać ostrych wygięć blachy.
2) Brzeg zagięty szczelnie.
3) Szczelne umocowanie i wykończenie ucha.
4) Materiał i konstrukcja ucha taka, aby ucho jak najmniej się nagrzewało.
5) Wygięcie pokrywy tak szerokie, aby było dostępne do mycia.

Pokrywy aluminiowe do garnków zwykłych
dla umożliwienia gotowania wieżowego

PN
D–215

Wymiary w mm



Średnica wewnętrzna garnka	D	140	160	180	200	224
Średnica górnej części pokrywy	D_1	150	170	190	210	·234
Średnica zewn. dolnej części pokrywy	D_2	137	157	177	197	221
Średnica wglębienia w pokrywie	d	70	80	90	100	112
Wysokość wglębienia	a	16	16	16	16	16
Wysokość pokrywy	h	15	15	15	15	15

Warunki wykończenia pokryw podobne do warunków wykończenia pokryw do garnków wieżowych aluminiowych (patrz wyżej).

*) Podane wyciągi z norm Polskiego Komitetu Normalizacyjnego mogą być przedrukowane tylko za zgodą Polskiego Komitetu Normalizacyjnego, Warszawa – Elektoralna 2. Poprzednie komunikaty o normalizacji w Gosp. Dom. patrz Nr. 1 i 7 b. r.

Wyjaśnienia potrzebne przy układaniu jadłospisów

Wszyscy wiemy, że pokarmy spożywane przez nas zawierają białka, tłuszcze, węglowodany, sole mineralne, witaminy i wodę, nie wszyscy jednak zdajemy sobie sprawę z tego, jaki powinien być wzajemny stosunek poszczególnych składników pokarmowych w codziennych jadłospisach.

Według obliczeń fizjologów, codzienne pożywienie powinno zawierać tyle gramów białka, ile kilogramów waży nasze ciało; a więc przy wadze np. 60 kg trzeba spożywać w pokarmach 60 g białka. Ponieważ przyrządzanie potraw niszczy pewne ilości białka, a ponadto spożywane białko nie bywa w zupełności przyswojone przez organizm, dla ludzi dorosłych ilość białka zwiększamy do 100 g dziennie. Jest to jednak ilość maksymalna. W żywieniu dzieci i młodzieży ilość białka waha się w granicach od 3½ do 1½ g białka na 1 kg wagi ciała; im dziecko młodsze, tym większych ilości białka potrzebuje. Ilość spożywanych dziennie tłuszczów na jedną osobę powinna wynosić 50—70 g. Ilość węglowodanów dla osoby dorosłej wynosi wynosi 400—500 g, co zresztą zależy od trybu życia i rodzaju wykonywanej pracy, pory roku, klimatu itp.

Pewną trudność stanowi początkowo zorientowanie się, jaka ilość produktów da nam potrzebną ilość składników pokarmowych. Wielkim ułatwieniem jest książka Z. Czerny i M. Strasburger „Teoria przyrządzania potraw", która podaje następujące praktyczne wskazówki.

Na to, żeby otrzymać potrzebną dla dorosłych ilość *białka*, należy spożyć dziennie ½ litra mleka i 10 dkg mięsa szkieletowego, licząc bez kości i tłuszczu, lub 10 dkg organów wewnętrznych albo też ryb itp. W dni bezmięsne zapotrzebowanie białka zamiast mięsa pokryją dwa jaja i 10 dkg sera; ilość mleka ta sama. Przez spożycie powyższych pokarmów otrzymujemy 50% dziennego zapotrzebowania pełnowartościowego białka zwierzęcego. Pozostałe 50% dostarczamy organizmowi w postaci białka roślinnego, spożywając jarzyny mieszane, chleb, kaszę, kluski, grzyby itp.

Dla dzieci i młodzieży, którym musimy dostarczyć większych ilości białka w stosunku do wagi ciała, ustalono następujące normy:

1 litr mleka dziennie aż do 17 lat; oprócz mleka, dla małego dziecka dajemy 4 jaja tygodniowo, dla starszego — 1 jajo dziennie. Poza tym ser biały, głównie pod postacią twarożku, który należy podawać w dni bezmięsne, w ilości ok. 4 dkg dla dzieci do lat 4-ch, dla starszych — więcej. Niewielkie ilości mięsa: od lat dwóch do trzech — 3 do 4 dkg mięsa bez kości i tłuszczu, od trzech lat do pięciu — 5 do 6 dkg, od siedmiu do ośmiu lat — 7½ dkg, zaś od dziesięciu lat — 10 dkg mięsa bez kości i tłuszczu.

W wieku największego wzrostu (u chłopców od 14 do 17 lat, u dziewcząt — od 12 do 15 lat) — 12 dkg mięsa dziennie. Dzieciom małym podajemy mięso trzy razy w tygodniu, dając pierwszeństwo wewnętrznym organom, np. grasicy (gruczoł cielęcy o dużej wartości odżywczej), mózgowi, wątróbce itd. Podajemy również mięsa białe, jak np. cielęcinę, kurczę, kurę, ryby oraz mięso ciemne,



W Związku Pań Domu w Katowicach odbyło się 8.IV. staraniem wydziału gospodarczego „Święcone". Panie gospodynie dbając o zachowanie właściwego charakteru tego przyjęcia chciały przypomnieć członkiniom piękne zwyczaje staropolskie z tym związane. Uroczystość odbyła się wśród licznie zgromadzonych członkiń, w miłym nastroju.

Na zdjęciu organizatorki „Święconego". Od lewej: p. H. Gostomska, p. O. Prabucka, p. J. Szeferowa, p. St. Stoińska i p. L. Ryżyna.

ale chude. Mięsa tłuste (wieprzowina, gęsina, kaczka, tłuste ryby), należą do potraw ciężkostrawnych i nie nadają się na potrawy dla dzieci.

Ilość spożytego dziennie *tłuszczu* w żywieniu dorosłych łatwo obliczyć, licząc ile kg dodaliśmy do potraw, ile zaś jako dodatek do pieczywa. 3 dkg powinno wypaść na masło surowe.

Norm tłuszczu, wypracowanych w stosunku do wieku dziecka, nie ma. W każdym razie ilość masła w pierwszym roku życia nie powinna przekraczać 10 g dziennie. Od roku ilość masła zwiększamy do 20 g, lepiej jednak ustalić te normy z lekarzem, gdyż w poszczególnych wypadkach mogą one ulegać zmianie. Musimy pamiętać, że nadmiar tłuszczu w pożywieniu dziecka jest bardzo szkodliwy.

Z grupy pokarmów *węglowodanowych* na pierwszym planie stawiamy *jarzyny i owoce*, których znaczenie dla naszego zdrowia jest ogromne. Jako normę dzienną ustalono 60 dkg jarzyn (waga jarzyn w stanie surowym), z czego 20 dkg przeznaczamy na ziemniaki, 20 dkg na jarzyny liściaste, jak szpinak, sałata, kapusta biała, włoska, kiszona, brukselka itp. i 20 dkg na inne jarzyny jak: marchew, buraki, brukiew, salsefia, kalafiory, pory, cebula itp.

Ilość owoców powinna wynosić 20 dkg, z czego połowę można podać w stanie surowym, a pozostałe pół — zwłaszcza w miesiącach zimowych — w kompocie lub przetworach.

Resztę potrzebnej ilości węglowodanów uzupełniamy *cukrem i pokarmami zbożowymi* jak: chleb, kluski, kasze, regulując spożycie u ludzi zdrowych apetytem. Osoby tęgie muszą ograniczyć spożywanie wyżej wymienionych składników według wskazówek lekarza.

W sumie ilość wszystkich spożytych dziennie przez jednego człowieka pokarmów powinna wynosić około 2 kg, a ilość płynu od 1½ do 2 litrów, łącznie z płynami zawartymi w pokarmach.

Aby zapewnić organizmowi dostateczną ilość *soli mineralnych i witamin* trzeba: 1) stosować podaną wyżej normę owoców i jarzyn gotowanych; 2) spożywać chociaż raz dziennie surówkę z jarzyn lub owoców, stosować surowe soki z jarzyn i owoców, dodawać do potraw surowe

żółtka, śmietanę, masło, śmietankę (ale nie sterelizowaną), siekaną zieloną pietruszkę, siekany koper i szczypior itp.; 3) prawidłowo przyrządzać potrawy według zasad omawianych niejednokrotnie w piśmie.

Uwaga. W każdym posiłku trzeba dawać tylko jedną potrawę kwaśną np. zupę owocową, pomidorową, barszcz, kapuśniak, surówkę z jarzyn, kompot z owoców kwaśnych itp.

S. Witkowska.

Jadłospisy

uwzględniające potrawy z roślin dziko rosnących

Jadłospisy z mięsem

OBIAD. Zupa jarzynowa z młodą marchewką ugotowaną oddzielnie. Mostek cielęcy ugotowany do miękkości panierowany, purée z ziemniaków. Kompot z rzewienia do mięsa lub sałata zielona z cytryną. Placek lub ciastka z marmoladą.

KOLACJA. Chleb razowy z masłem i sałatką z gorczycy lub z rzeżuchy [1]). Ryż na sypko na mleku z dżemem owocowym. Herbata.

OBIAD. Boćwinka z chlebem. Medaliony cielęce, ziemniaki wykrawane, gotowane w parze, marchew. Galaretka z czarnych jagód.

KOLACJA. Budyń ze szpinaku z masłem lub śmietaną, do tego grzanki smażone lub zamiast budyniu naleśniki z pianą ze szpinakiem. Herbata.

OBIAD. Zupa (krem) ze szparagów z groszkiem ptysiowym lub grzankami z kruchego rogalika. Wątróbka cielęca po angielsku z cebulą, ziemniaki; surówka z krwawnika lub sałata zielona z cytryną. Krem z mleka słodkiego lub kisiel mleczny.

KOLACJA. Sałata z rzodkiewki i szczypiorku ze śmietaną, ubrana zieloną sałatą. Herbata, chleb.

Jadłospisy bezmięsne

OBIAD. Zupa szczawiowa z grzankami. Omlet francuski ze smardzami duszonymi, purée z ziemniaków. Legumina z sera.

KOLACJA. Portulaka duszona ze śmietaną lub komosa (lebioda), przygotowana jak szpinak ze słoniną, z kaszką krakowską na sypko. Kefir, paluszki słone.

M. Dudzikówna.

OBIAD. Chleb, masło, rzodkiewka. Zupa z rzewienia z grzankami. Jaja sadzone na szpinaku z kaszą jaglaną na sypko. Krem waniliowy.

KOLACJA. Opiekanki z ziemniaków z serem. Sałatka ze szczypiorku i pietruszki lub zielona. Herbata.

S. Witkowska.

Przepisy Proporcje na 4 osoby

Legumina z sera

6 dkg masła
2 żółtka
7 dkg cukru
25 dkg twarogu
¼ laski wanilii
2 kostki cukru
2 gorzkie migdały
skórka cytrynowa
3 białka
2 dkg mąki ziemniaczej
masło i bułka tarta do formy
konfitura, dżem lub galaretka owocowa do przybrania

Utrzeć wanilię między kostkami cukru, migdały posiekać, otrzeć skórkę z ½ cytryny, przetrzeć ser przez sito, przygotować formę. Masło utrzeć na pianę, ucierać dodając żółtka i cukier, aż masa będzie pulchna; dodać przetarty twaróg i przyprawy, utrzeć razem. Ubić pianę z białek. Włożyć pianę, wsypać mąkę ziemniaczaną i dokładnie wymieszać łyżką lub łopatką. Włożyć do wysmarowanej masłem i wysypanej bułką tortownicy i upiec w dobrze ogrzanym, lecz nie gorącym piekarniku. Gdy przestygnie, wyjąć z formy, podzielić na części, posypać cukrem z wanilią (i orzechami włoskimi siekanymi) lub przybrać konfiturą osączoną z syropu.

Sałatka ze szczypiorku i pietruszki

2 duże pęczki szczypiorku
1 pęczek zielonej pietruszki
sól
20 dkg świeżej dobrej śmietany

Szczypiorek i listki pietruszki przebrać, dobrze opłukać, osączyć, posiekać drobno, wymieszać, lekko osolić, dodać śmietany. Podawać z chlebem lub z purée z ziemniaków albo z opiekankami z kasz i jarzyn. Można przygotować sałatkę z samego tylko szczypiorku.

Sałatka z gorczycy (listków)

Kilka garści miękkich młodych listków gorczycy
sok cytrynowy
oliwa do skropienia

Młode listki gorczycy opłukać, osączyć, posiekać drobniutko, przyprawić sokiem cytrynowym i oliwą, osolić trochę; odstawić, by dobrze nasiąkła, podawać z chlebem.

Portulaka duszona (kurza stopa)

1 kg portulaki (listki lub całe młode gałązki)
5 dkg masła
2 dkg cebuli
2 dkg bułki tartej
20 dkg śmietany
sól do smaku

Portulakę opłukać, osączyć, pokrajać w paseczki. Cebulę posiekać, udusić na maśle, wsypać bułkę, lekko zrumienić, dodać pokrajane listki i dusić do miękkości. Podprawić surową śmietaną, przyprawić do smaku. Podawać z purée z ziemniaków, z ziemniakami smażonymi, kotletami z ziemniaków itp. Można również z młodych listków portulaki przyrządzić surówkę z cytryną i oliwą.

M. D.

Krem waniliowy

1 jajo
12 dkg mączki cukrowej
¼ laski wanilii
2 kostki cukru
½ litra śmietanki kremowej lub młodej niekwaśnej śmietany
1 dkg żelatyny
3 łyżki stołowe wrzącej wody

Rozgnieść wałkiem mączkę cukrową, żeby nie było grudek. Utrzeć wanilię między kostkami cukru. Żelatynę opłukać w zimnej wodzie, zalać wrzącą i postawić na parze, mieszając żeby się rozpuściła. Przygotować formę na krem, oblać zimną wodą, obsypać mączką cukrową. Utrzeć żółtko z częścią cukru i wanilią. Ubić śmietankę na lodzie lub w zimnym miejscu. Ubić pianę z białka. Do żółtka dodać śmietankę, pianę i mieszać lekko, wsypując mączkę cukrową. Potem wlać cienkim strumieniem przestudzoną żelatynę i ubijać aż krem zacznie gęstnieć. Wyłożyć do formy, zastudzić. Można przygotować krem bez piany z białka, można również wymieszać z niewielką ilością barwnych owoców surowych lub osączonych konfitur. Przed podaniem wyjąć z formy.

Komosa czyli lebioda (jak szpinak)

80 dkg młodej lebiody
10 dkg młodej drobnej pokrzywy
5 dkg młodych listków ziemniacz.
5 dkg szczawiu polnego
5 dkg tłuszczu z topionej słoniny
4 dkg mąki
½ do ¾ szklanki mleka

Zerwane listki opłukać kilkakrotnie pod bieżącą wodą, włożyć w dużą ilość wody wrzącej osolnej i gotować odkryte krótko, aż zmiękną (próbować rozgniatając listki w palcach). Ugotowane listki wyłożyć na sito, przelać bieżącą zimną wodą, aby straciły cierpki smak. Osączyć, przepuścić przez maszynkę. Z tłuszczu i mąki przygotować jasno złotą zasmażkę, rozprowadzić zimnym mlekiem, wlać do zmielonej masy i — mieszając — zagotować. Osolić. Podawać jako jarzynę.

Uwaga: Pokrzywę zrywać w rekawiczkach lub ścinać nożyczkami, układając odrazu na sito, na którym potem płuczemy ją.

S. Witkowska.

---

[1]) Obie te rośliny rzadkie w sprzedaży można hodować w domu w skrzynkach lub doniczkach.

Cena pojedyńczego egzemplarza dwutygodnika „Pani Domu": 70 groszy.

Warunki prenumeraty. W kraju rocznie zł 12, półrocznie zł 6, kwartalnie zł 3. Zagranicą rocznie zł 20. Dla członkiń Zw. Pań Domu rocznie zł 10, półrocznie zł 5, kwartalnie zł 2.50.

Prenumeratę zniżkową uwzględnia się jedynie w wypadku podania N-ru legitymacji członkowskiej.

Konto czekowe w P. K. O.: Pani Domu Czasopismo Nr. 7.740.

Zmianę adresu uskutecznia się za opłatą gr. 25; konieczne jest wyraźne podawanie imienia i nazwiska oraz dokładnego dawnego i nowego adresu.

Numery okazowe wysyła się po nadesłaniu adresu i 30 gr. w znaczkach pocztowych.

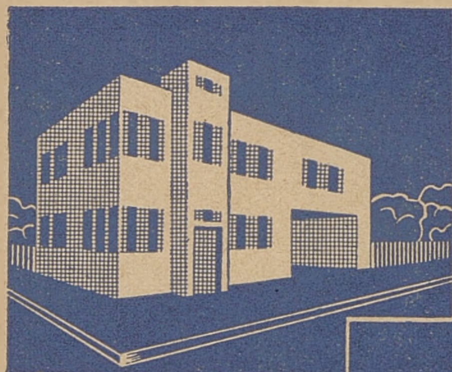
Ceny ogłoszeń: cała strona zł 300.— 1/2 str. zł 170.— 1/4 str. zł 90.— 1/8 str. zł 50.—. W tekście ceny o 50% wyższe.

Adres Redakcji i Administracji PANI DOMU: Warszawa, Nowy Świat 9, tel. 8-34-40.

Wydawca: M. Romanowa. Redaktorki: Ludwika Bormann i Marya Romanowa

7204 Drukarnia Gospodarcza, Warszawa, Al. Jerozolimskie 79. Tel. 8-84-12, 8-28-02.

Idealne Piece Kuchenne



do
nowoczesnych osiedli
lub
domów prywatnych
kombinowane na gaz
i węgiel lub tylko na gaz



Ten znak gwarantuje
najwyższą jakość



Herzfeld & Victorius S/A Grudziądz

Znany i cieszący się
dobrą opinią

GABINET RACJONALNEJ KOSMETYKI

mieszczący się w lokalu
ZWIĄZKU PAŃ DOMU
Warszawa,
ul. Nowy Świat 9
jest prowadzony pod moim osobistym kierunkiem.

USUWAM WSZELKIE
WADY CERY
WZMACNIAM MIĘŚNIE
TWARZY i CAŁEGO
CIAŁA
ziołami i systemem
profesora Żandra.

Panie członkinie korzystają z **bezpłatnych porad, przy zabiegach 30% ustępstwa.**

HUTT ZANDA

Sprzedaje się towary
na terenie Województw: Lubelskiego i Wołyńskiego przy pomocy miejscowego detalisty.

Zwiększa się ich sprzedaż
przy pomocy ogłoszeń pomieszczanych w miejscowym dzienniku.

„Express Lubelski i Wołyński"
XIV rok wydawnictwa
Najwyższy na tych terenach nakład.

Egzemplarze okazowe, prospekty, szczegółowe oferty i plany kampanii ogłoszeniowych, opinie dotychczasowych inserentów, odwiedziny akwizytorów — na każde żądanie.

Adres wydawnictwa: LUBLIN, Kościuszki 8, tel. 23-60
Informacje w Warszawie przez telefon 9-28-82

---

nowości sezonowe



WEŁNY · JEDWABIE
MATERJAŁY NA UBIORY MĘSKIE
KONOPKA i REDULSKI
MARSZAŁKOWSKA 130